

Terre De Femmes

UNE IMMERSION AU FÉMININ,
ENTRE TERRE, ÂME ET LUMIÈRE

• Sept 16–20 / Oct 14–18

Accompagnatrices de retraite
Catherine Mardoyan / Cindy De Oliveira



RIAD BELDI BY MAHA
MOROCCO / AGADIR SIDI MOUSSA LHAMRI



Riad Beldi
BY MAHA



+212 641 903 917
Riadbeldibymaha@gmail.com

Programme de la retraite



Jour 1

ARRIVÉE / IMMERSION DOUCE

- Transfert depuis Agadir
- Accueil au Riad (thé, douceur)
- Installation + temps libre (piscine chauffée, repos)
- Cercle d'ouverture (intention du séjour)
- Dîner maison (entrée + tajine + dessert)
- Soirée douce (musique, bougies, ambiance jardin)





Jour 2

CORPS & ÉNERGIE

Matin

- Réveil en douceur + respiration / méditation
- Aquagym dans la piscine chauffée
- Brunch signature

Après-midi

- Massage 30 min (inclus)
- Reiki 30 min (inclus)
- Temps libre (repos, lecture, animaux, soleil)



Fin de journée

- Atelier bien-être (énergie / intuition / journaling)
- Coucher de soleil + moment calme

Soir

- Dîner maison
- Soirée cercle de femmes / Danse intuitive



Jour 3

VIBRATION & TRADITION



Matin _____

- Réveil en douceur
- Sound Healing / Thérapie sonore
- Brunch tranquille

Au choix : _____

- Tatouage non permanent mains au henné OU
- Atelier bien-être (bougies d'oreilles naturelles)

Fin de journée _____

- Initiation / concours de pétanque

Soir _____

- Dîner spécial marocain – couscous royal
- Soirée immersive (Gnawa ou ambiance locale)





Jour 4

RITUEL & ANCRAGE

Matin _____

- Méditation + mouvement doux
- Brunch

Journée _____

- Hammam + massage à Agadir (2h)
- Passage souk / médina d' Agadir (shopping doux)

Retour riad _____

- Temps calme

Soir _____

- Cercle de clôture
- Dîner festif
- Moment de partage





Jour 5

DÉPART

- Petit-déjeuner / brunch
- Temps libre
- Transfert aéroport

Hébergement

- **Chambres partagées (2 personnes)**
- **2 chambres doubles avec lit King Size**
(pour les mères et leurs filles, les sœurs et les amies)
- **1 chambre twin avec deux lits simples**

Répartition harmonisée par nos soins
Option chambre privative possible (places limitées)

Programme (résumé)

- **Méditation & réveil en douceur**
- **Aquagym piscine chauffée**
- **Massage relaxant / Reiki au Riad**
- **Hamмам & soin à Agadir**
- **Sound Healing / Thérapie sonore**
- **Atelier bien-être / cercle de femmes / danse intuitive**
- **Journaling & temps pour soi**
- **Excursion souk, médina à Agadir**
- **Soirées douces & moments de partage**



Tarif : 790€

par personne

Option

Chambre privative : +200€ par personne (limité à 2 chambres)

- ✓ 4 nuits
- ✓ Tous les repas
- ✓ 1 massage / personne
- ✓ Hammam + massage extérieur
- ✓ 1 excursion complète
- ✓ Activités bien-être
- ✓ Transferts Agadir
- ✓ Accès piscine chauffée
- ✓ Encadrement personnalisé

• Conditions de paiement

Un acompte de 50 % du montant total est demandé afin de confirmer l'inscription et de bloquer la place (toute inscription est considérée comme définitive à réception de l'acompte).

Un second paiement de 50 % est à régler au plus tard le 16.08.26 pour la retraite de septembre et le 14.09.26 pour celle d'octobre.

• Modalités de paiement

Les paiements s'effectuent exclusivement par virement bancaire.

Les informations nécessaires au virement seront communiquées aux participantes lors de la confirmation d'inscription.

Merci d'indiquer en référence du virement :
"Terre de Femmes – Nom & Prénom"



• Conditions d'annulation

Toute annulation doit être communiquée par écrit (email ou message écrit).

En cas d'annulation par la participante, l'acompte versé reste acquis à l'organisateur.

En cas d'annulation par l'organisateur (cas de force majeure ou nombre insuffisant de participantes), les sommes versées seront intégralement remboursées sans qu'aucune indemnité supplémentaire ne puisse être réclamée.

N.B: Le programme est susceptible d'évoluer afin de s'adapter aux conditions locales et au rythme du groupe, dans le respect de l'esprit de la retraite.

• Retraites au Maroc – 6 places seulement

Terre de Femmes

📅 16–20 sept / 14–18 oct

📍 Riad Beldi by MaHa

✉ riadbeldibymaha@gmail.com

📞 +212 6 41 90 39 17

Accompagnatrices de retraite
Catherine Mardoyan/Cindy De Oliveira