



L'écrin
de
l'Andelle

Un écrin
au cœur de
la vallée de l'Andelle



QUI SOMMES-NOUS ?

Bienvenue à l'écrin de l'Andelle, un refuge de verdure niché au bord de la rivière, aux portes de la **forêt de Lyons**, dans la magnifique campagne normande.

À seulement 1h30 de Paris et 30 minutes de Rouen, notre lieu offre un cadre idéal pour se reconnecter à soi-même, à la nature et aux autres.

Cécile et Jean-Marie de Williencourt vous accueillent avec passion et bienveillance dans cet écrin de nature.

Cécile est **accompagnante de la femme**, formatrice et auteur. Ancienne sage-femme, elle aide chaque femme à mieux se connaître.

Jean-Marie est **coach** professionnel et **éducoach** certifié. Il accompagne les personnes et les équipes à surmonter leurs défis relationnels et à atteindre leurs objectifs professionnels et personnels.

Ensemble, ils marient leurs compétences et divers outils de développement personnel pour proposer un **accompagnement psycho-corporel** adapté à vos besoins, fondé sur l'anthropologie chrétienne.

Notre gîte peut accueillir jusqu'à 8 personnes dans un cadre chaleureux et ressourçant.

La raison d'être de ce lieu

Notre devise : Vivant, corps et âme !

L'écrin de l'Andelle est né d'une conviction profonde : nous avons tous besoin de moments pour *ralentir, prendre soin de nous et renouer avec l'essentiel.*

Notre raison d'être :

Offrir un *écrin de paix* où chacun peut retrouver son unité intérieure et rayonner pleinement.

Que vous cherchiez à faire une pause, à vous former, à approfondir votre connaissance de vous-même ou à développer vos compétences relationnelles, nous vous accompagnons avec des outils concrets et une écoute attentive.

Nos valeurs fondamentales

La connexion à soi

- Dans un monde en constante accélération, nous créons un espace pour revenir à l'essentiel, écouter ses besoins profonds et se reconnecter à son corps et à son âme.

Le respect de la nature

-La rivière, la verdure et la proximité de la forêt invitent à la contemplation et au ressourcement authentique.

L'accompagnement bienveillant

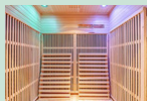
- Nous croyons en un accompagnement respectueux de chaque personne, dans toutes ses dimensions : physique, émotionnelle, relationnelle et spirituelle.

La transmission et le partage

- L'écrin est un lieu vivant où se reposer, expérimenter, se former, transmettre, échanger et prendre soin de soi.

Les atouts de l'écrin de l'Andelle

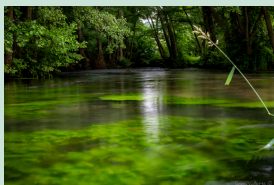
- **Un sauna** pour évacuer le stress et revitaliser le corps.



- **Une cuisine saine et maison** : des repas préparés avec soin, à partir de produits frais et locaux.



- **Une ambiance conviviale et chaleureuse**
- **Un cadre naturel ressourçant** : situé à deux pas des sentiers de randonnée et aux portes de la majestueuse forêt de Lyons, le lieu invite à la promenade et à la contemplation.
- **Un accès direct à la rivière** : pour des moments de fraîcheur, de détente et de communion avec la nature.



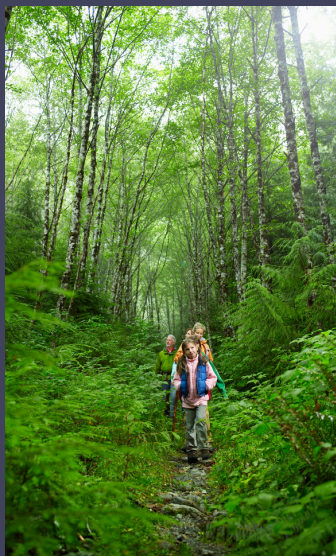
L'écrin de l'Andelle n'est pas seulement un lieu, c'est une expérience qui invite à *ralentir, se reconnecter et se ressourcer pleinement.*

Les 4 axes de l'écrin

1. Être Soi

Parce que prendre soin de soi est essentiel, nous proposons des séjours et activités pour se ressourcer et se reconnecter à l'essentiel :

- **Séjours au vert** : des moments de pause à proximité de la nature
- Session "**Grandir dans l'estime de soi**" -



- **Balades et randonnées équestres** - Se reconnecter par le contact avec les chevaux
- Week-end de **marche Afghane** - Yoga de la marche
- Séances d'**équicoaching** - Un accompagnement unique pour mieux se connaître avec l'effet miroir du cheval
- Session "**S'aimer en conscience**" - Pour couples

2. Être femme

Un accompagnement spécifique pour les femmes :

- Week-end **"Pause pour les mamans"** - Une parenthèse pour souffler
- Atelier **Cycloshow** - Pour les jeunes filles et leur mère
- Formation à la **Symptothermie** - Mieux connaître son cycle et sa fertilité



- Atelier **Ma MénoPAUSE** - Accompagner la ménopause sereinement
- **Massage abdominal** chi-nei-tsang
- Stage **"Vivre une sexualité incarnée"**

Nous proposons également des accompagnements et formations **en ligne** pour vous soutenir où que vous soyez, avec des outils pratiques.

3. Être manager

Pour les dirigeants et leurs équipes, nous offrons un cadre unique pour développer les compétences managériales :

- Travail sur les postures managériales - Développer son leadership authentique
- Relations interpersonnelles - Améliorer la communication et la cohésion d'équipe



- Accompagnement individuel ou collectif - Des sessions adaptées à vos besoins spécifiques
- **Séminaires d'équipe** - Dans un cadre ressourçant propice à la créativité
- L'équicoaching permet notamment de travailler sur la présence, l'assertivité et la capacité à guider avec bienveillance.

4. Location du lieu

Pour des intervenants extérieurs

Vous êtes thérapeute, formateur, coach ou animateur de stages ? L'écrin de l'Andelle met à votre disposition son cadre exceptionnel pour vos propres sessions.

- Capacité de couchages : 8 personnes
- Cadre naturel propice au travail en profondeur
- Équipements adaptés aux formations et séjours
- Pension complète



En gîte

- Notre lieu peut également être loué en gîte pour des moments de ressourcement en famille ou entre amis, dans un cadre authentique et apaisant.



Que vous souhaitiez participer à l'un de nos séjours, organiser votre propre stage ou simplement découvrir l'écrin de l'Andelle, nous serions ravis d'échanger avec vous.

Contactez-nous

 ecrin.andelle@gmail.com