DESTINATION SRI LANKA

De la racine à la source: l'essentiel est en soi

C'est une découverte des racines de la vie locale, une exploration au cœur de la tradition Sri Lankaise.

A travers la rencontre de la population et des peuples ancestraux du Sri Lanka, nous découvrirons des coutumes différentes, qui nous ramèneront à l'essentiel.

En quittant nos repères et le confort de nos vies, nous vous invitons à partir vers l'inconnu.

Pour ceux et celles qui sentent l'appel ou l'urgence de se reconnecter à eux-mêmes.

Amoureuse du pays et mariée à un Sri Lankais, **Pauline** propose des thérapies energétiques, vous invitant à suivre Votre propre chemin.

Voyageuse dans le cœur et masseuse dans ses mains, **Oriana** vous accompagne par sa créativité, ses méditations guidées et son écoute bienveillante en individuel et en collectif.

Belle mère de Pauline et femme au grand cœur, **Freda** nous accueillera et cuisinera les plats locaux pour le groupe au début et à la fin du séjour.

Les temps forts

- 1 journée sur une île de pêcheurs entre lagon et mer
- Rencontre avec le peuple des Veddhas et de leur chef guérisseur
- Rencontre et partage chez une famille Sri Lankaise
- Nuits en hébergements atypiques
- Visites de sites sacrés
- Méditations, cercles de parole
- Soins selon les besoins de chacun

15JOURS/13NUITS

DU 30 MAI AU 13 JUIN 2020

2 780€/PERS Base 8 personnes

PROGRAMME

JOUR 1 :
Vol de la France vers le Sri Lanka

JOUR 2 PRENDRE LE TEMPS D'ARRIVER
Arrivée au Sri Lanka. Rencontre avec les beaux parents de Pauline. Diner préparé par Freda. Nuit à Negombo dans un petit hôtel juste à côté de la famille.

JOUR 3
Journée de repos
Temps d'échange avec le groupe
Repas chez la famille de Pauline
Nuit à l'hôtel à Negombo

JOUR 4
Route vers Kalpitiya en longeant la côte pour rejoindre cette ville de pêcheur.
Visite d'une ferme (chili et tabac).
Nuit en cabane sur la plage

JOUR 5
Journée sur l'île de Battallagundu rythmée par la vie des pêcheurs, entre le lagon et la mer. Nuit en cabane sur la plage

JOUR 6
Journée de repos, cercle de parole, moments de création et de partages
Nuit en cabane sur la plage

JOUR 7
Départ pour Anuradhapura , visite du temple où se trouve l'arbre sacré du Sri Lanka. Visite du site de Mihintale à l'origine du Bouddhisme au Sri Lanka puis route pour Sigiriya.
Nuit en cabane/hutte tout confort, typiquement Sri Lankaise

JOUR 8
Ascension du rocher de Pidurangala tôt le matin, idéal pour méditer. Puis route pour Dambana, le village des Veddhas, 1er peuple du Sri Lanka. Balade dans les environs
Repas et danse avec les Veddhas
Nuit dans une hutte rustique dans le village des Veddhas

JOUR 9
Journée chez les veddhas : visite du village et rencontre avec le chef guérisseur.
Nuit chez les Veddhas en hutte rustique.

JOUR 10
Départ pour le village reculé de Meemure
Visite en chemin du centre d'information de la chaîne des montagnes des knucles
Nuit sous tente.

JOUR 11
Journée de marche dans les knuckles avec un guide, baignade en rivière...déjeuner inclus
Nuit en campement

JOUR 12
Départ du village de Meemure et route vers Digana pour se reposer. Nuit en villa.

JOUR 13
Journée de repos. Nuit en villa à Digana

JOUR 14
Visite du temple de la dent de Bouddha à Kandy. Route retour vers Negombo et dernier repas chez les beaux parents de Pauline.
Nuit à Negombo

JOUR 15
Vol retour vers la France

NON INCLUS

- Les déjeuners du jour 2 au jour 4, jour 6 à 8, du jour 12 au jour 14 (moyenne de 5€/repas)
- Les frais de VISA (35$ / pers)
- Les assurances
- Les dépenses personnelles
- Les apéritifs et autres boissons en dehors des repas

INCLUS

- Billet d'avion aller/retour
- Les hébergements : 3 nuits en hôtel standard, 3 nuits en cabanes sur la plage, 1 nuit en hutte confort, 2 nuits en hutte rustique, 2 nuits en tente, 2 nuits en villa.
- La demi pension du jour 2 au jour 14
- Les déjeuners jour 5, 9, 10, 11
- Les activités mentionnées au programme
- Le transport sur place en véhicule privatif avec chauffeur anglophone
- Accompagnement de Oriana et Pauline
- Les transferts aéroports

05.63.03.89.12
christine@evazion.biz
lesvoyagesdysis.fr

Les Voyages d'Ysis
59 Avenue Edouard Herriot
82300 Caussade