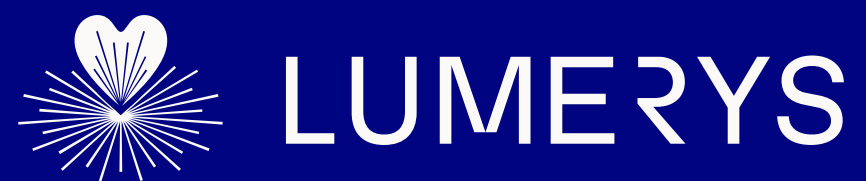




LUMERYS

SÉMINAIRE IMMERSIF VISION & VITALITÉ





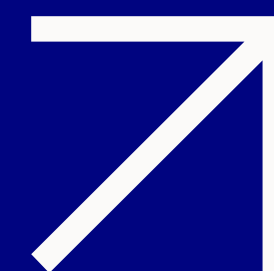
DIRIGEANTS, CADRES DIRIGEANTS ET ENTREPRENEURS

SÉMINAIRE IMMERSIF

VISION &
VITALITÉ



18 → 20
MARS
2026



Pour œuvrer depuis **+ de 30 ans** dans le monde de l'entreprise, auprès des dirigeants, et nous-mêmes en tant que dirigeants et fondateurs de Lumerys, nous avons remarqué des constantes.

Nous consacrons **toute notre énergie** aux PME et ETI françaises avec un supplément d'âme, qui ont décidé d'avoir un impact significatif et positif sur le monde.

Ce sont toujours les mêmes signaux qui nous reviennent :





Le quotidien **prend trop souvent le pas** sur la vision et les réflexions d'avenir



L'engouement des débuts **a laissé place aux responsabilités** parfois pesantes



Le caractère **anxiogène du temps** qui passe et qui renvoie chacun aux regrets d'individus en fin de vie



L'aversion pour la routine, pour les **“il faut”**, qui prennent le pas sur le plaisir au jour le jour et viennent même **percuter le sens au quotidien**



L'impression parfois que **la vie leur échappe** tant ils subissent un planning tellement contraint et parfois perçu comme futile



Le manque de confiance, quand l'avenir s'annonce **plus sombre**, ou quand le marché laisse à penser que ce qui a été construit patiemment, minute après minute, heure après heure, pourrait **s'écrouler comme le château de cartes** de notre enfance



L'énergie fluctuante et la peur des **traces invisibles** que le stress laisse sur soi, sur sa santé

Nous pourrions continuer longtemps...





LUMERYS

SÉMINAIRE VISION & VITALITÉ

18 → 20 MARS 2026

Au-delà d'accompagner des entreprises de l'intérieur... Nous avons décidé d'aller plus loin.... En créant le "Séminaire Vision & Vitalité"



LUMERYYS

Notre séminaire exclusif de 2 jours est conçu pour vous aider à **retrouver l'énergie, la vitalité et de manière plus pérenne**. Redécouvrir aussi ses passions et formuler ses nouveaux souhaits pour une **vision plus stimulante de l'avenir**.



Associant les neurosciences, l'étude des fréquences et de l'épigénétique, Marylise et Sébastien ont développé un **tout nouveau programme**, fruit de leur recherche depuis plus de 20 ans et de leurs formations à travers le monde (France, Inde, Népal, Costa-Rica, Belgique, US, Moyen Orient)





LUMERYYS

SÉMINAIRE VISION & VITALITÉ

18 → 20 MARS 2026



CONSTAT





LUMERYYS

SÉMINAIRE VISION & VITALITÉ

18 → 20 MARS 2026



EN TANT QUE
DIRIGEANTS,
CADRE-DIRIGEANTS,
ENTREPRENEURS...

👁️ Vous êtes très souvent **sous pression**, pouvant entraîner une **fatigue chronique**

👁️ Vous ressentez régulièrement un **manque d'énergie et de clarté**

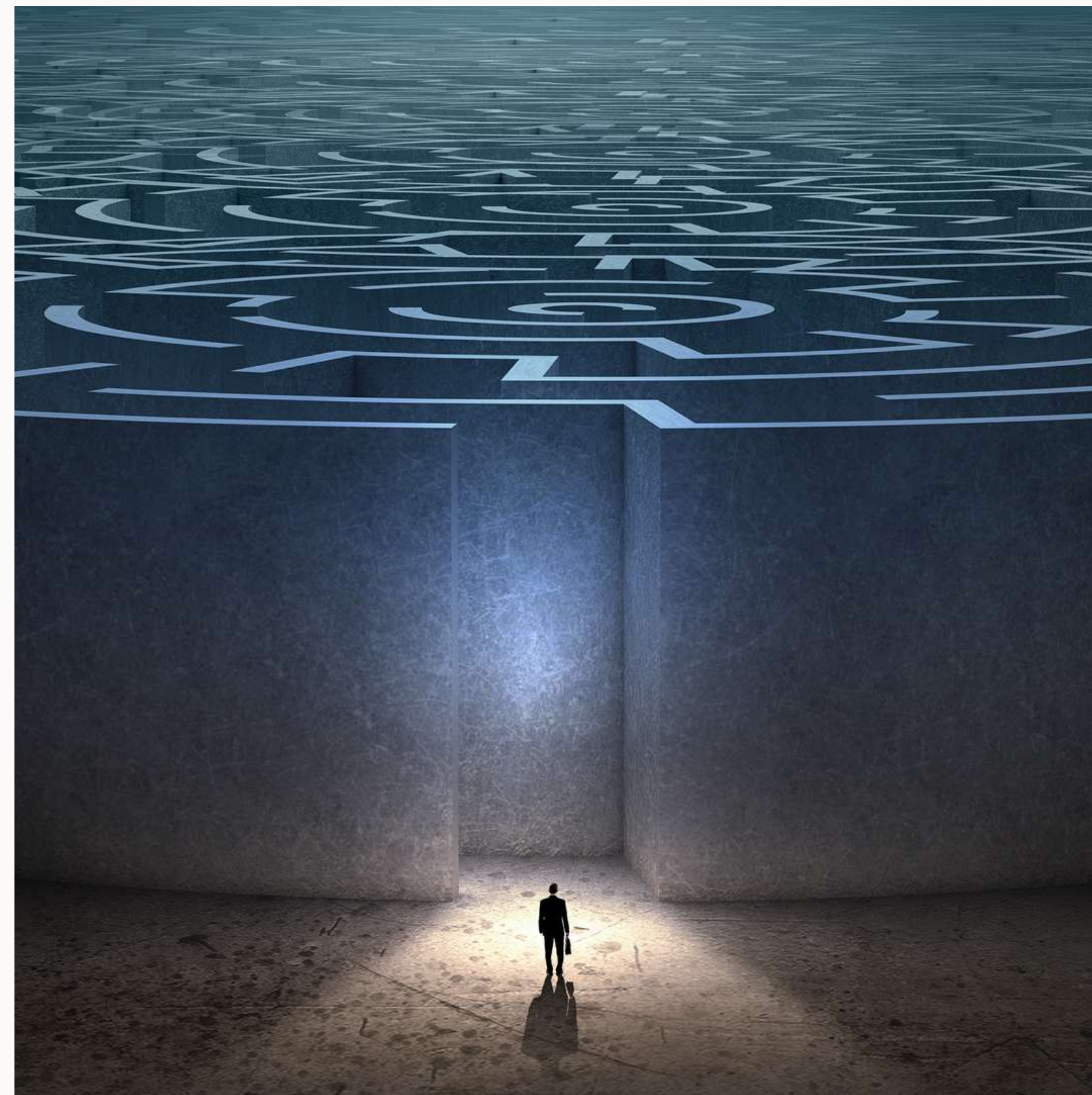
👁️ Vous savez que vous ne prenez **pas assez soin de vous** et que cela dure

👁️ Vous manquez parfois de **sens** dans votre quotidien, de **motivation**

👁️ Vous observez que vos résultats sont parfois **difficiles à obtenir ou à maintenir en entreprise**

👁️ Vous êtes préoccupés parfois par **votre suite, votre avenir**

👁️ Vous percevez peut-être que vous n'êtes plus si **heureux et détendu**





LUMERYYS



2024

2024 était une année de **fort mouvement**, 2025 s'annonce dans cette continuité. Ceci peut heurter, agresser, stresser notre corps et notre mental, et amplifier des symptômes déjà présents.

SÉMINAIRE VISION & VITALITÉ

29 → 31 JANVIER 2025

2025-2026

Venez trouver des solutions et des pratiques qui favoriseront en vous une **nouvelle énergie**, une **nouvelle vitalité**, une **clarté d'action supérieure**.





LUMERYYS

SÉMINAIRE VISION & VITALITÉ

18 → 20 MARS 2026



VOUS
ASPIREZ À...



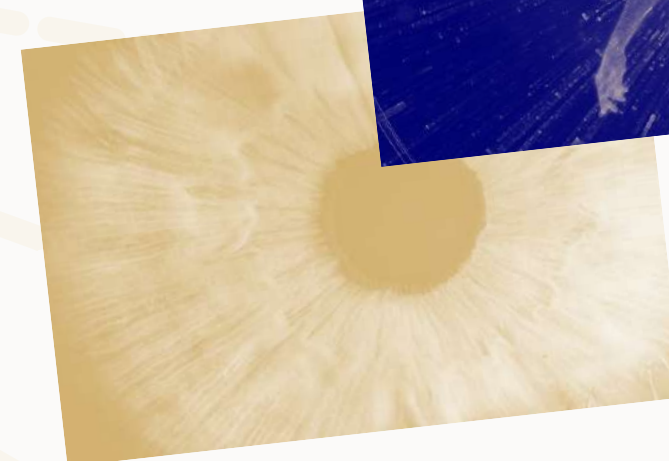
LUMERYYS

SÉMINAIRE VISION & VITALITÉ

18 → 20 MARS 2026

RETROUVEZ LA VITALITÉ ET UNE VISION CLAIRE

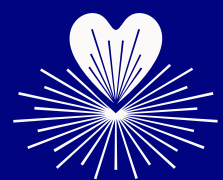
Bâtir une **vie plus riche**, un **futur plus épanoui et abondant**, en **meilleure vitalité** s'appuie sur le développement de compétences avancées, de nouvelles habitudes de vie, de nouvelles expériences.





- ✱ Bénéficier d'une **relaxation profonde** et **rebooster** durablement votre **énergie** pour préserver votre santé
- ✱ Favoriser des **chemins de réussite plus fluides**, presque **déconcertants**
- ✱ Créer un **nouveau futur** devant vous, en osant une vision claire qui vous anime
- ✱ Développer de plus **belles relations**, une connexion plus sincère et profonde avec ceux qui vous entourent
- ✱ Installer de **nouvelles habitudes** pour ne plus subir ces stress et cette charge au quotidien
- ✱ Reprendre **la main** sur son avenir.





LUMERYYS

SÉMINAIRE VISION & VITALITÉ

18 → 20 MARS 2026



Découvrir que chacun dispose d'un **potentiel illimité** et apprendre à s'y connecter devient notre priorité pour que toutes et tous commencent à ressentir cette possibilité d'accomplir de **petits et grands miracles dans leur quotidien.**







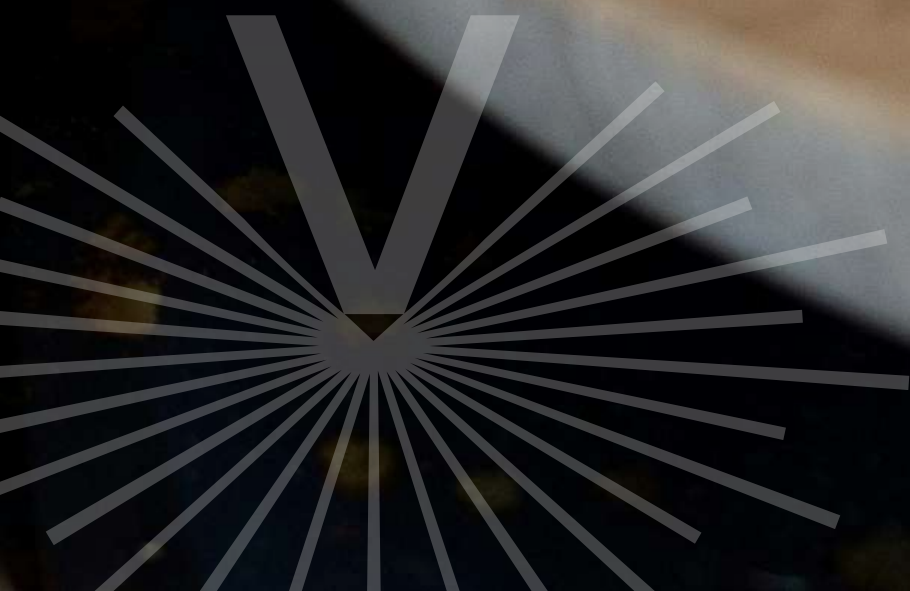
LUMERYYS

SÉMINAIRE VISION & VITALITÉ

18 → 20 MARS 2026



IL EST PARFOIS
TEMPS DE...





LUMERYYS

SÉMINAIRE VISION & VITALITÉ

18 → 20 MARS 2026

- ⊗ **Prendre de la distance par rapport à sa vie**, ses projets, son entreprise, sa mission, ses responsabilités
- ⊗ **Prendre davantage soin de soi**
- ⊗ **S'autoriser ce temps de pause** pour booster sa santé et sa vitalité et aussi dessiner les prochaines années autrement
- ⊗ **Réinscrire de nouvelles habitudes** qui changeront une destinée

- ⊗ **Apprendre à créer de nouvelles possibilités**, une nouvelle réalité
- ⊗ **Passer enfin du plafond de verre** qui vous limite à un **plafond de rêve** qui vous élève
- ⊗ **Retrouver une pleine joie d'avancer, d'œuvrer, de vivre**





LUMERYYS

SÉMINAIRE VISION & VITALITÉ

18 → 20 MARS 2026



BÉNÉFICES
DE CETTE
PARENTHÈSE
DE 2 JOURS





- ✱ Maîtriser des **techniques** qui ont prouvé leurs **bienfaits** pour **votre vitalité** quotidienne
- ✱ Bénéficier d'**immersions sonores** pour laisser votre corps entrer en relaxation profonde
- ✱ Retrouver **plus de clarté en prenant le temps de formuler**, avec **notre méthode spécifique**, une nouvelle vision pour l'avenir
- ✱ Recevoir des **conseils pratiques** pour davantage prendre soin de vous au niveau **physique et mental**
- ✱ Vous connecter à davantage de **sens** dans ce que vous faites, à votre **raison d'être profonde**

- ✱ Rencontrer d'autres dirigeants en toute sincérité, partageant les **mêmes valeurs** pour favoriser des relations durables
- ✱ Dépasser les **limites actuelles**, augmenter votre capacité à **comprendre le nouveau monde en construction**, devenir **plus efficace** grâce à des outils puissants
- ✱ Vous **déconnecter de votre vie de tous les jours**, du tunnel dans lequel nous sommes trop souvent
- ✱ Et surtout **vivre une nouvelle expérience... et tellement plus encore.**





LUMERYYS

SÉMINAIRE VISION & VITALITÉ

18 → 20 MARS 2026

+ **PRATIQUE DE LA COHÉRENCE
CŒUR – CERVEAU**

pour changer vos ondes cérébrales

+ **RESSENTIR LE POUVOIR DU SON
ET DE LA SONOTHÉRAPIE**

pour agir sur votre être tout entier,
vos cellules, une relaxation profonde

+ **TECHNIQUES DE RESPIRATIONS
AVANCÉES**

pour accroître votre énergie

+ **MÉTACOGNITION SUR VOS
SCHÉMAS**

pour dépasser vos croyances
limitantes

+ **RESSENTIR LE POUVOIR DE
L'OLFACTION**

pour augmenter votre taux
vibratoire

+ **EXPÉRIMENTATION DU
COACHING GÉNÉRATIF**

pour engager tout votre corps

+ **STIMULATION DE LA GLANDE
PINÉALE**

pour vous connecter à plus grand
que vous

+ **MÉDITATION GUIDÉE**

pour toucher vos rêves et
l'abondance

+ **RÉ-ANCRAGE**
de nouvelles habitudes

+ **RESSENTIR, VIBRER ET
ÉCRIRE**

la vision de vos prochaines
années

+ **VIVRE DES ATELIERS
COLLECTIFS**
pour ancrer un véritable plan
d'actions





LUMERYS

SÉMINAIRE VISION & VITALITÉ

18 → 20 MARS 2026



DIT AUTREMENT,
NOUS NOUS
ATTACHERONS À :



1.

Renforcer votre énergie vitale : maîtriser des techniques simples, efficaces pour revitaliser votre corps et votre esprit, permettant ainsi de mieux gérer le stress et d'améliorer votre bien-être quotidien.

2.

Amplifier vos rêves : apprendre à clarifier vos aspirations profondes et à les transformer en objectifs concrets, dans une vision claire et inspirante tant professionnelle et personnelle

3.

Atténuer et libérer vos blocages du passé : identifier et surmonter des obstacles, freins à l'épanouissement et s'en libérer petit à petit, en douceur, en confiance.

4.

Favoriser l'accès au champ de tous les possibles : se connecter à de nouvelles perspectives pour favoriser de nouvelles opportunités qui surgissent parfois de nulle part





5. **Créer votre meilleure destinée :**
s'engager sur un chemin de
transformation personnelle, plus
aligné entre le présent et votre
future destinée, avec du sens

6. **Bâtir de nouvelles habitudes :**
introduire de nouveaux réflexes
et comportements qui
produiront de nouveaux
résultats favorables à votre
bien-être et à votre productivité.
Et bien au-delà

7. **Prendre soin de vous :**
s'accorder du temps pour se
ressourcer tant au niveau du
corps : se relaxer, qu'au niveau
de l'esprit : vider la coupe trop
souvent pleine. Retrouver un bel
équilibre

8. **Équilibrer vos vies
professionnelle et personnelle :**
apprendre à harmoniser le tout
et comprendre les dépendances
vertueuses de l'une vers l'autre





LUMERYYS

SÉMINAIRE VISION & VITALITÉ

18 → 20 MARS 2026

9.

Créer une communauté inspirante : vous donner accès à un entourage professionnel de dirigeants et cadres dirigeants, d'entrepreneurs partageant les mêmes valeurs et aspirations. Un réseau de soutien et de partage pour grandir ensemble et s'inspirer mutuellement.



Ce séminaire est une **opportunité unique et sincère** de vous **reconnecter à vous-même** et de redécouvrir votre **véritable potentiel**. Ensemble, explorons des voies nouvelles et au service de **miracles au quotidien**.



LUMERYYS

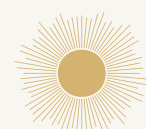
SÉMINAIRE VISION & VITALITÉ

18 → 20 MARS 2026



PROGRAMME
DÉTAILLÉ

JOUR 1



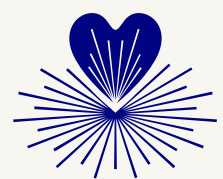
APRÈS-MIDI DU 18 MARS

ACCUEIL À PARTIR DE 14H00

Imaginez une **expérience immersive** qui allie introspection, harmonisation et reconnexion profonde avec vous-même. Vous allez recevoir les vibrations grâce à des méditations profondes et un **coaching dit « génératif »** vous allez pouvoir explorer ces chemins qui mènent à votre véritable essence.

Vous recevrez les vibrations agréables et source de vitalité d'un bain sonore, mixant le meilleur des approches himalayennes et européennes. Les **vibrations sonores** sont de plus en plus reconnues comme vectrices de relaxation profonde, pour détendre le corps et l'esprit, libérer les énergies bloquées.





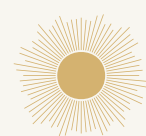
LUMERY

JOUR 1



SÉMINAIRE VISION & VITALITÉ

18 → 20 MARS 2026

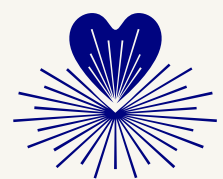


SOIRÉE DU 18 MARS

Partage d'un dîner ensemble pour ceux qui le souhaiteront et d'une soirée douce et inspirante, comme nos ancêtres le faisaient **autour du feu.**

Idéal pour partager des récits, des moments improbables ou cocasses qui dessinent les sourires et éveillent les cœurs. Vous êtes invités à **ralentir, à écouter, à ressentir** la profondeur du groupe.

Apprendre à mieux se connaître les uns, les autres, tout en tissant des liens forts et authentiques. Un **moment suspendu** dans le temps, où la parole devient lumière.



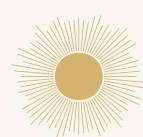
LUMERYYS

JOUR 2



SÉMINAIRE VISION & VITALITÉ

18 → 20 MARS 2026

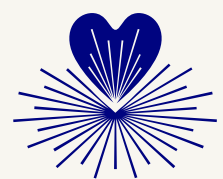


MATIN DU 19 MARS

Au petit matin, pour ceux qui le souhaitent, un **réveil corporel** tout en douceur vous attend. Sous l'auspice d'énergies renouvelées, vous commencerez votre journée avec une session de **yoga revitalisante**. Un rituel pour ancrer de nouvelles habitudes saines et vous préparer à accueillir la journée avec vitalité.

Au cours de la matinée, vous explorerez vos **talents uniques** à travers des méditations guidées, en prenant conscience de vos valeurs profondes et de ce qui vous énergise véritablement. Reconnectez-vous à ce qui vous motive et vous fait vibrer, tout en trouvant le plaisir dans cette **quête de soi**.

Etre en bonne forme, c'est aussi **favoriser le plus possible le bon endroit pour soi**.



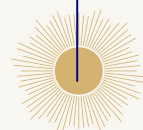
LUMERY

JOUR 2



SÉMINAIRE VISION & VITALITÉ

18 → 20 MARS 2026

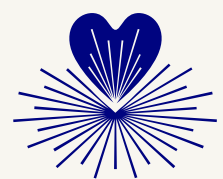


APRÈS-MIDI DU 19 MARS

Plongez dans un voyage intérieur puissant pour **libérer vos schémas limitants**, au bord de la rivière du changement. Là, vous vous connecterez à votre **vous du futur**, prêt à recevoir des informations et des visions qui vous guideront vers votre pleine réalisation, un épanouissement plus fort. Le moment de relâcher toutes les tensions, le stress du quotidien.

Un **atelier en groupe** vous permettra d'explorer des thèmes porteurs, dans une dynamique bienveillante et inspirante.

Enfin, laissez-vous emporter par un **bain sonore de bols tibétains et de gongs** notamment. Surprise ! Vous vivrez une montée crescendo de vibrations, une expérience immersive unique qui vous mènera vers un état de relaxation et de bien-être profond, harmonisant corps et esprit.



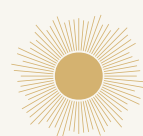
LUMERYYS

JOUR 2



SÉMINAIRE VISION & VITALITÉ

18 → 20 MARS 2026

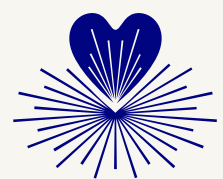


SOIRÉE DU 19 MARS

Nous vous inviterons à franchir **la porte vers une version de vous-même plus alignée**, plus forte, et prête à accueillir la vie dans toute sa grandeur.

Cette méthode unique permet à votre cerveau et à votre corps de **synchroniser leur énergie** pour ancrer une transformation. Vous avancerez avec confiance vers cette plus grande force de vie, en laissant derrière vous ce qui n'a plus lieu d'être.

Embrassez le changement, non pas comme un défi, mais comme une voie plus belle, plus lumineuse, où chaque pas vous rapproche de votre plein potentiel.

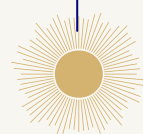


LUMERY

JOUR 3

SÉMINAIRE VISION & VITALITÉ

18 → 20 MARS 2026



MATIN DU 20 MARS

Dans un espace de pure sérénité, **vous reconnecterez à vos centres d'énergies**, avec des explications pour comprendre leur influence dans votre quotidien, pour votre avenir.

Accompagnée par une mélodie, cette expérience vous permettra d'ancrer de **nouvelles habitudes** grâce à un réajustement doux de votre esprit et des centres d'énergies.

Prenez ensuite le temps d'écouter **les messages subtils** envoyés par votre environnement à travers une approche théorique et pratique.

Pour finir, laissez-vous emporter encore un moment, par **la joie et cette nouvelle énergie** qui vous caractérisera pour les mois à venir.



JOURNÉE 1

- ✓ **Lâcher prise sur le stress :**
Se libérer des tensions pour retrouver une paix intérieure et une clarté d'esprit.
- ✓ **Élaborer une vision inspirante pour l'avenir :**
Prendre un temps précieux pour définir **un cap qui fait sens** et éclairer les prochaines étapes.
- ✓ **Se reconnecter à soi, profondément :** Retrouver son **authenticité et renouer** avec ses aspirations profondes.
- ✓ **S'offrir un moment de relaxation guidé par le son :**
Plonger dans une expérience sensorielle qui **apaise et revitalise**.
- ✓ **Tisser des liens sincères avec d'autres dirigeants :**
Profiter de moments privilégiés, lors de dîners et pauses, pour échanger et **enrichir sa vision** grâce aux perspectives des autres.

JOURNÉE 2

- ✓ **Découvrir une vision unique de vos talents inexplorés :**
repartir avec une **nouvelle perception de vos dons exceptionnels** et apprendre à les exploiter pleinement pour un impact durable.
- ✓ **Plonger dans une relaxation profonde :**
Accéder à un niveau de **relâchement encore plus intense** pour laisser aller toutes les tensions et **favoriser le renouveau**.
- ✓ **Intégrer des techniques de vitalité au quotidien :**
Découvrir des outils pratiques pour **cultiver énergie et bien-être** dans chaque aspect de votre vie.
- ✓ **Participer à un atelier de transformation :**
Renforcer vos nouvelles fondations personnelles pour une **résilience accrue et un alignement profond**.
- ✓ **Ancrer durablement ces transformations :**
Apprendre à intégrer ces nouvelles compétences et découvertes pour qu'elles deviennent des **ressources permanentes**.
- ✓ **Tisser des liens authentiques avec d'autres dirigeants :**
Profiter des moments de convivialité, comme les dîners et petits déjeuners, pour **nourrir des relations profondes et enrichissantes**.

JOURNÉE 3

- ✓ **Intégrer de nouvelles habitudes puissantes :**
Apprendre à renforcer des pratiques qui soutiennent **durablement votre épanouissement et votre efficacité**.
- ✓ **Explorer et activer vos centres d'énergie :**
Comprendre le fonctionnement de vos principaux **centres énergétiques** pour éveiller leur **potentiel et dynamiser votre quotidien**.
- ✓ **Expérimenter des techniques de respiration revitalisantes :**
Découvrir et ressentir la **puissance de la respiration** consciente pour renforcer votre énergie et votre clarté mentale.
- ✓ **Façonner un environnement à votre service :**
Créer un **cadre de vie et de travail** qui vous soutient pleinement, pour que vos aspirations et objectifs soient en **harmonie avec votre quotidien**.
- ✓ **Recevoir des messages inspirants :**
Accueillir des messages qui résonnent profondément en vous et qui **élèvent votre énergie**, nourrissant votre motivation et votre enthousiasme.

LE LIEU

NOUS SERONS À HONFLEUR

Situé au cœur d'un cadre naturel paisible, notre lieu de séminaire offre l'alliance parfaite entre sérénité, confort et fonctionnalité.



LES MAISON DE LÉA

MAGNIFIQUE LIEU, COCON

2 PL. SAINTE-CATHERINE, 14600 HONFLEUR



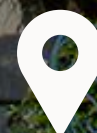
LUMERYYS

SÉMINAIRE VISION & VITALITÉ

18 → 20 MARS 2026



DU 18 AU 20
MARS 2026



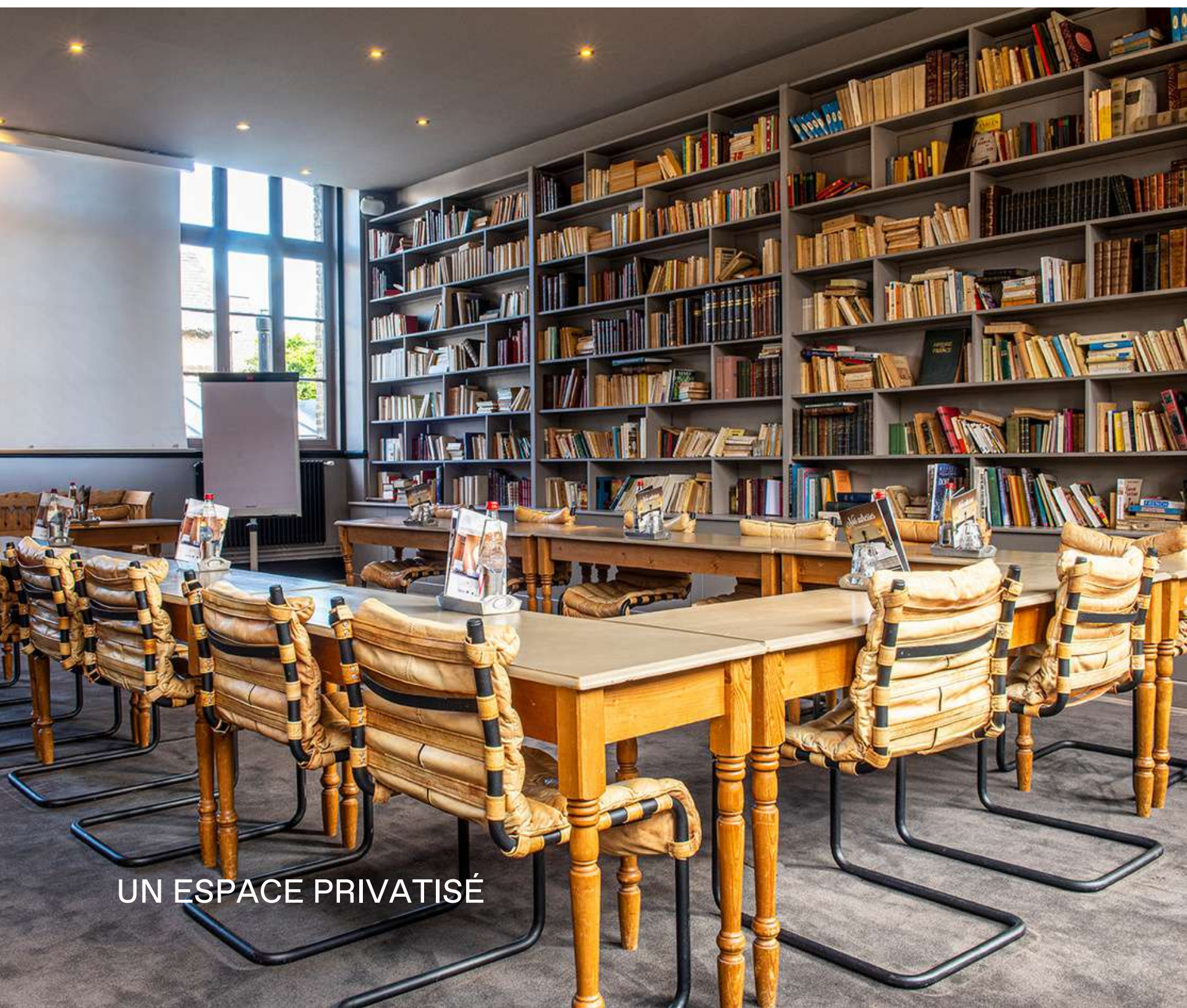
LES MAISONS DE LÉA
PLACE SAINTE CATHERINE,
14600 HONFLEUR



LUMERYS

SÉMINAIRE VISION & VITALITÉ

18 → 20 MARS 2026



UN ESPACE PRIVATISÉ





LUMERYYS

SÉMINAIRE VISION & VITALITÉ

18 → 20 MARS 2026



DES CHAMBRES INSPIRANTES



L'ÉQUIPE

Une équipe totalement dédiée et
votre écoute durant cette
parenthèse hors du temps.



CO-FONDATEURS & COACHS



MARYLISE CHRÉTIEN
FONDATRICE LUMERYYS



SÉBASTIEN ROBERT
FONDATEUR LUMERYYS

Ils accompagnent depuis **plus de 12 ans des dirigeants et entrepreneurs**, après une longue carrière business en entreprise. Formés au **coaching, aux neurosciences et à l'épigénétique**, aux techniques de respiration, experts en cohérence Cœur/ Cerveau, et certifié en pratique de bols tibétains et de gongs, ils interviennent de plus en plus sur la vision et le stress des dirigeants et leur entreprise, offrant un cadre de transformation sécurisant.

Formés auprès des meilleurs mondiaux et experts de leur discipline, ils ont à cœur de rendre possible la réalisation de miracles au quotidien.

ILS NOUS ONT FAIT CONFIANCE

40 ans d'expérience business pour des ETI et
PME, au service de dirigeants et
d'entrepreneurs français.



COACH RESSOURCE



Coach de cadres dirigeants et d'entrepreneurs, spécialisée en **leadership et en développement des relations à soi et aux autres**, elle met son expertise au service de ceux qui veulent évoluer avec impact et authenticité.

Ancienne dirigeante dans le commerce et la distribution, elle possède une solide expérience autour des **enjeux de performance, de gestion du stress et de communication.**

Son approche, à la fois pragmatique et profonde, est largement reconnue pour sa capacité à transformer durablement les schémas de pensée et les modes de fonctionnement, ouvrant la voie à de nouveaux cadres de référence et de vie.

JULIETTE EUGÉNIE
COACH DE CADRES

COACH RESSOURCE



VALÉRIE LACROIX
COACH DE SANTÉ

Coach professionnelle et experte en santé, dédiée aux entrepreneurs et dirigeants, elle est une ancienne professionnelle **du corps médical, aujourd'hui reconnue comme l'une des références françaises du coaching en santé.**

Membre clé de l'équipe de formation des futurs coachs en santé, elle accompagne les dirigeants dans la gestion optimale de leur vie professionnelle et personnelle, en cultivant **un équilibre physique, mental et social.**

Son approche leur permet de rester **performants** et en constante évolution, tout en prévenant la **fatigue et les maladies**, pour un succès durable.



SÉMINAIRE VISION & VITALITÉ

18 → 20 MARS 2026

↗
ILS
TÉMOIGNENT



**MAXIME T.**

DG TPE

“

Une expérience incroyable. Lumerys m'a permis de **clarifier et d'exprimer** ce qui était vraiment important pour moi, ce qui vient du **Cœur**. J'ai adoré cet événement car il est complètement à leur image, très chaleureux, vraiment une expérience incroyable.



ISABELLE B.
ENTREPRENEUR

“

Ils nous aident à être plus nous même, à garder l'enfant qui est en nous. Un moment unique, un moment authentique et c'est ce qui ressemble à Marylise et Sébastien, c'est ce qui m'a vraiment plu.

**CAROLINE P.**

DG TPE

“

Cet événement m'a plu parce que nous étions tous ensemble, le Coeur cet éclaireur" Lumerys touche mon Coeur parce que **c'est tout ce qui est vrai**. Marylise et Sébastien ce sont mes Rockstars.

**PASCAL O.**

DRH ETI

“

J'ai l'habitude d'aller en Inde,
là où j'ai rencontré Sébastien,
Les exercices sur **les vibrations**
résonnent beaucoup en moi.



DAVID B.
DG PME

“

Ils ont **ce don tous les deux**,
chacun à leur niveau, de nous
comprendre, à chaque fois ils
touchent quelque chose.



STÉPHANE M.
DG ETI

“

Leur **tandem est assez magique**. Ce sont 2 personnages complémentaires qui nous amènent toujours quelque chose. Avec Lumerys, des journées intenses, participatives, énergisantes. On dit souvent qu'il est important de sortir de sa zone de confort, se remettre en posture d'apprentissage. Leur connaissance des **neurosciences** apportent un tout nouvel éclairage.



NATHALIE LDP
CONSULTANTE

“

Très singulier, très original, on retrouve l'état d'esprit de Sébastien et de Marylise depuis le début, ils n'ont pas changé. Ils touchent mon cœur depuis le début, j'ai eu l'impression que je pouvais être avec eux moi même et qu'ils pouvaient me poser des questions auxquelles j'osais répondre.

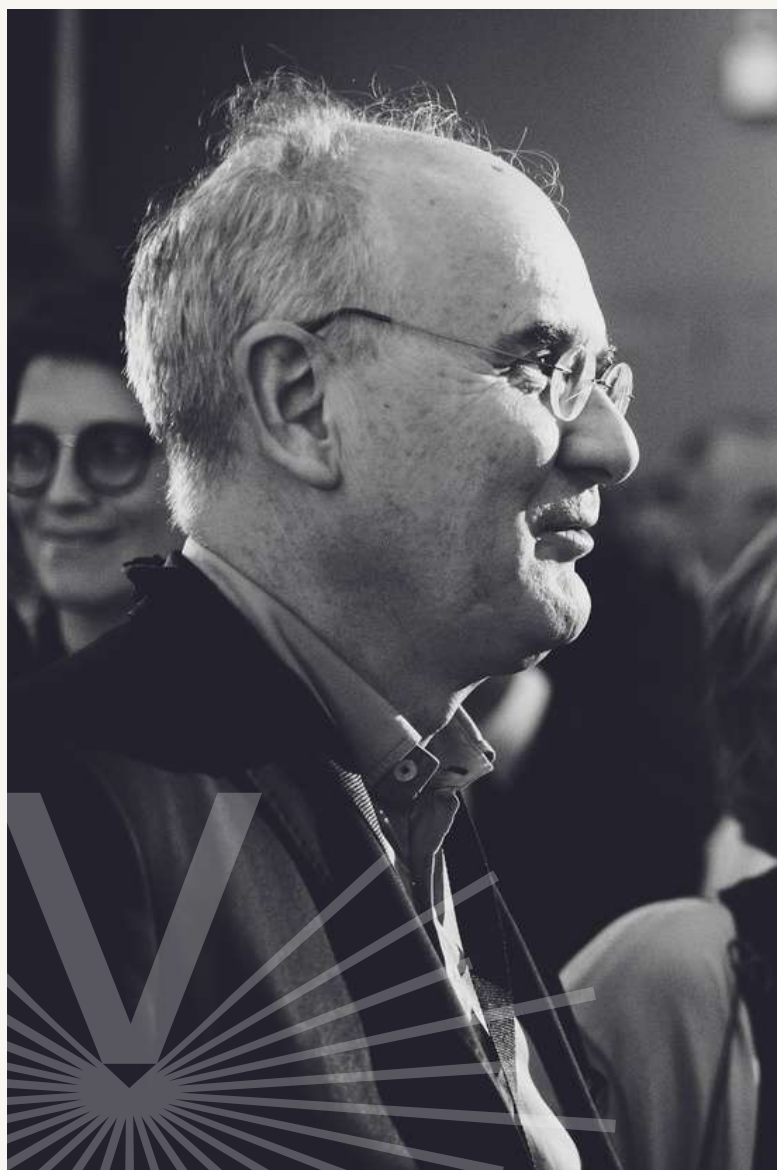
Ils osent parler du Cœur, nous faire respirer.

**OLIVIER D.**

DG PME

“

J'ai beaucoup aimé l'introduction sur la place à l'enfant qui doit s'exprimer en nous et la suite des interventions sur **comment aller créer et chercher un miracle**. Et toute la **dimension de la résonance** que le son peut avoir pour nous. J'apprécie l'attention que portent Marylise et Sébastien particulièrement **le soin** dans l'accompagnement des dirigeants.



NICOLAS M.
DG TPE

“

Comme toujours ce qui m'a plus avec Marylise et Sébastien c'est l'inattendu, cette **découverte sonore très intéressante, très enrichissante**. Ce lien avec Marylise et Sébastien a grandi au cours des années, je suis très content de les avoir rencontrés et d'avoir pu participer à leur événement.

TARIF INDIVIDUEL

Je paye à titre individuel !

1200 € TTC

**BONUS
EARLY BIRD**

POUR UN ENGAGEMENT
AVANT LE 13 FÉVRIER 2026

→ Voir ci-après CADEAU EARLY BIRD



HÉBERGEMENT NON INCLUS:

Les frais d'hébergement ne sont pas inclus, il convient à chacun de trouver son propre hébergement ou de choisir dans les propositions faites. Vous pourrez vous loger sur place ou à proximité en fonction de votre budget.

TRANSPORT NON INCLUS :

Il convient à chacun de trouver ses propres moyens de transports. Du co-voiturage est toujours possible selon les participants.

DÎNER NON INCLUS :

Mais possibilité de dîner ensemble pour ceux et celles qui le souhaitent, avec grand plaisir.

GARES LES

PLUS PROCHES :

- Gare de Deauville / Trouville
 - Gare de Le Havre
- + taxi ou bus, nous consulter si besoin.

TARIF ENTREPRISE

C'est mon entreprise qui paye !

1500 € HT

POUR UNE PERSONNE

**BONUS
EARLY BIRD**

POUR UN ENGAGEMENT
AVANT LE 13 FÉVRIER 2026

→ Voir ci-après CADEAU EARLY BIRD



HÉBERGEMENT NON INCLUS:

Les frais d'hébergement ne sont pas inclus, il convient à chacun de trouver son propre hébergement ou de choisir dans les propositions faites. Vous pourrez vous loger sur place ou à proximité en fonction de votre budget.

TRANSPORT NON INCLUS :

Il convient à chacun de trouver ses propres moyens de transports. Du co-voiturage est toujours possible selon les participants.

DÎNER NON INCLUS :

Mais possibilité de dîner ensemble pour ceux et celles qui le souhaitent, avec grand plaisir.

GARES LES

PLUS PROCHES :

- Gare de Deauville / Trouville
 - Gare de Le Havre
- + taxi ou bus, nous consulter si besoin.

TARIF GROUPE

UN PRIX SPÉCIAL EST ACCORDÉ
SI L'ON VIENT À PLUSIEURS

nous contacter

➤ reservation@lumerys.com



HÉBERGEMENT :

Les frais d'hébergement ne sont pas inclus, il convient à chacun de trouver son propre hébergement ou de choisir dans les propositions faites. Vous pourrez vous loger sur place ou à proximité en fonction de votre budget.

TRANSPORT NON INCLUS :

Il convient à chacun de trouver ses propres moyens de transports. Du co-voiturage est toujours possible selon les participants.

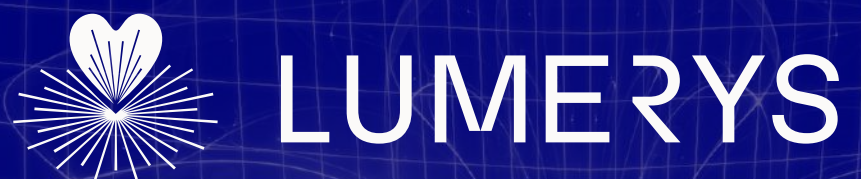
DÎNER NON INCLUS MAIS POSSIBILITÉ DE DÎNER ENSEMBLE POUR CEUX ET CELLES QUI LE SOUHAITENT, AVEC GRAND PLAISIR.

GARES LES

PLUS PROCHES :

- Gare de Deauville / Trouville
- Gare de Le Havre

+ taxi ou bus, **nous consulter si besoin.**



SÉMINAIRE VISION & VITALITÉ

18 → 20 MARS 2026



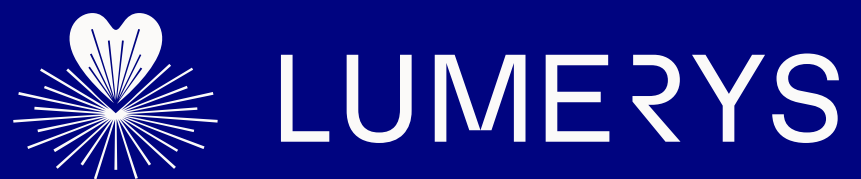
CADEAU EARLY BIRD

Avant le **13 FÉVRIER 2026**

- * **un webinaire de suivi 2 mois après le séminaire de 2h offert avec Marylise et Sébastien**, pour suivre les avancées et l'ancrage des nouvelles habitudes, apporter des conseils complémentaires
- * **une formation à la méthode OKR par Marylise et Sébastien** qui a prouvé son efficacité dans l'accomplissement des résultats collectifs et individuels (projets / missions) et dans la fluidification de la gouvernance d'une entreprise également.
- * **un cadeau surprise**

OFFRE SPÉCIALE





RÉSERVEZ MAINTENANT

18 → 20
MARS
2026

LES MAISONS
DE LÉA
À HONFLEUR



↗ reservation@lumerys.com

GARANTIE 100% SATISFAIT

Notre objectif est votre bien-être et votre pleine réussite. Si vous n'êtes pas pleinement **satisfait du séminaire à la fin de la 1ère journée**, vous pouvez nous demander le **remboursement intégral** et nous vous rembourserons. Les techniques, apprentissages acquis durant cette première journée seront donc offerts.



FAQ

1. **Suis-je obligé d'être hébergé sur le lieu de séminaire ?**

Non, vous pouvez choisir votre propre hébergement proche du lieu, selon vos souhaits. Si vous souhaitez être hébergé sur place, nous vous conseillons de réserver au plus vite.

2. **Suis-je obligé de déjeuner / dîner avec vous ?**

Le déjeuner est compris.
Aucune obligation pour le dîner qui n'est pas compris.



3.**Je ne suis pas sportif**

Le réveil corporel est sur la base du volontariat, donc tout va bien.
Les pratiques tiendront compte de la réalité de chacun.

4.**Dois-je absolument suivre tous les ateliers ?**

Nous le conseillons bien-sûr, mais vous êtes totalement libre !

5.**J'ai des restrictions alimentaires**

Vous nous les communiquerez et elles seront communiquées à l'avance à l'hôtelier.



6.**Y a-t-il des navettes avec des gares ?**

Chacun se rend sur le lieu par ses propres moyens, toutefois, du co-voiturage est peut-être possible selon la provenance des participants ou taxis.

7.**Vous avez un handicap ?**

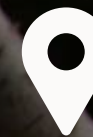
Notre responsable handicap reservation@lumerys.com pourra échanger avec vous si ce séminaire est le plus adapté pour vous.



LUMERYYS

18 → 20
MARS
2026

LES MAISONS
DE LÉA
À HONFLEUR



RÉSERVEZ MAINTENANT



reservation@lumeryys.com