



X



Régénération et Expériences en Communautés

RETRAITE "ANCESTRALITÉ POUR VIVRE MIEUX"

A photograph of a wooden archway made of dark red wood. The archway is set against a background of lush green foliage. The text "ALDEA FELIZ" and "COLOMBIA" is written in white, uppercase letters across the archway. Below the archway, a wooden sign reads "Flor Es Ser" in white, cursive letters.

ALDEA FELIZ

COLOMBIA

Flor Es Ser



SOMMAIRE

Soliderrance	03
L'activité de Régénération	04
L'Ecovillage	05
Vos Hôtes	06
Lorgements et Repas	07
Autres Activités de la semaine	08
Agenda de la semaine	09
Informations Pratiques	10 - 11
Dates		
Prix		
Accès		



SOLIDERRANCE

VOYAGER EN LAISSANT UNE EMPREINTE POSITIVE

VISION

“Voyageons chez celles et ceux qui prennent soin de la Terre et des Gens pour une vie durable et en paix”

NOS 3 MISSIONS



IMPACTER POSITIVEMENT
VOYAGEURS ET HÔTES



SOUTENIR LES COMMUNAUTÉS

RÉGÉNÉRER VOYAGEURS ET
TERRITOIRES VISITÉS



ANCESTRALITÉ POUR LE MIEUX VIVRE

Nous allons vivre une semaine dédiée au bien-être, au bien-vivre et à l'intégration des savoirs ancestraux. Au cours de cette semaine, nous expérimentons les mingas (travail communautaire collectif), nettoyages énergétiques, danses de paix, pratiques physiques pour libérer les émotions, médecine/ecstatic dance, randonnées
Ainsi que trois médecines ancestrales :

- **Cérémonie de la Chicha**
- **Cérémonie de hutte de sudation Inipi**
- **Cérémonie du Cacao**

Nos objectifs :

- Permettre aux participants de se sentir partie intégrante d'une communauté intentionnelle qui prend soin d'un territoire magnifique.
- Partager le mode de vie régénératif inspirant d'Aldeafeliz.
- Expérimenter le bonheur comme un élément central des pratiques quotidiennes de la communauté.
- Ressentir comment les traditions ancestrales offrent des outils pour mieux vivre.
- Acquérir des pratiques et des outils de connaissance de soi pour améliorer ses relations avec soi-même et avec les autres êtres.

Les **facilitateurs** de cette retraites seront:

- atiana Monroy Pardo – Formatrice en technologies sociales et ancestrales
- Carlos Rojas – Architecte, formateur en technologies sociales et mentor en danses de paix
- Anamaria Aristizabal – Formatrice en technologies sociales et coach intégral
- Martha Burgos – Mentore en TRE (Tension & Trauma Releasing Exercises)
- Andrés Liévano – Fermenteur, cuisinier et facilitateur en technologies sociales
- Yuluka – Facilitatrice RenaSer et guide de cérémonies
- Camila Olarte – Facilitatrice en technologies sociales
- Catalina Velastegui – Thérapeute intégrale
- Matilda Martinez – Facilitatrice en danses de paix
- Carlos Hurtado – Facilitateur en mindfulness
- Julián López – Gardien du feu
- Nelly Quiñones – Facilitatrice en médecine dance



ECOVILLAGE ALDEAFELIZ

SAN FRANCISCO, CUNDINAMARCA, COLOMBIE



Aldeafeliz est située dans la municipalité de San Francisco, un charmant village du département de Cundinamarca, en Colombie. Nichée dans la région andine, elle fait partie de la province du Gualivá, connue pour ses magnifiques paysages montagneux et sa biodiversité exceptionnelle.

La région se distingue par un mélange harmonieux de montagnes, vallées et rivières, offrant ainsi une beauté naturelle incomparable. La température moyenne varie entre 16°C et 22°C, créant un climat doux et agréable, propice à l'agriculture locale. La culture du café, de la banane plantain et des fruits tropicaux comme la goyave et la mûre y prospère.

Aldeafeliz bénéficie d'un environnement naturel riche, idéal pour la connexion et la détente. Son territoire est bordé par la rivière San Miguel, agrémentée de superbes cascades parfaites pour l'hydrothérapie naturelle. Un lac abritant poissons, canards et plantes aquatiques renforce encore la magie du lieu.

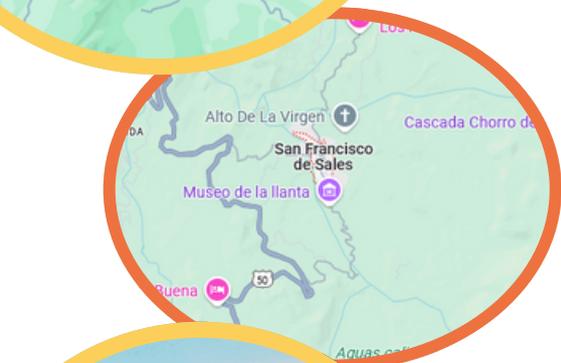
Si vous souhaitez explorer les environs avant ou après le retrait, voici quelques lieux incontournables :

- **Parc Écologique Jericó** : une réserve naturelle située à proximité, parfaite pour les amoureux de la nature en quête d'activités en plein air comme les randonnées, pique-niques et campements.

- **La Vega** (à 20-30 minutes) : Une ville voisine qui abrite la laguna El Tabacal, un lac enchâssé dans la forêt où il est possible de faire du canoë ou de la randonnée.

- **Chorro de Plata** : une cascade spectaculaire, un véritable joyau naturel.

- **Sanctuaire de la Vierge** : un lieu sacré propice au recueillement et à la connexion spirituelle.



VOS HÔTES: ECOVILLAGE ALDEAFELIZ

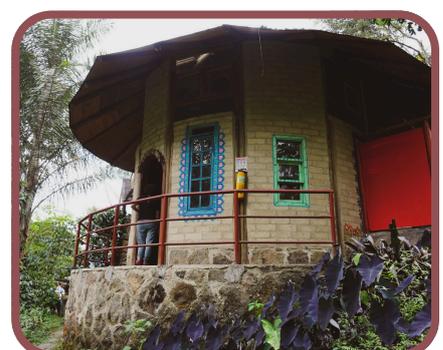


L'Ecovillage Aldeafeliz est un projet situé à San Francisco, Cundinamarca, en Colombie. Conçu comme une communauté autosuffisante, il allie beauté naturelle, pratiques écologiques, bien-être et collaboration communautaire. C'est un lieu idéal pour celles et ceux en quête d'une connexion profonde avec la nature et les savoirs ancestraux, des sources essentielles de subsistance et de bien-être pour l'humanité.

Aldeafeliz offre l'opportunité de vivre une expérience transformative à travers des cérémonies ancestrales, des enseignements pratiques sur le "bien-vivre", des espaces naturels propices au ressourcement, un accompagnement par une équipe de facilitateurs expérimentés engagés dans une transition vers un mode de vie régénératif et centré sur le respect du vivant.

La communauté est composée de familles, couples et personnes seules de tous âges, incluant enfants, jeunes adultes et personnes âgées. Cet environnement intergénérationnel favorise une cohabitation riche en apprentissages et en échanges, où chacun peut apprendre de l'autre. Environ 20 personnes vivent en permanence au sein de l'écoaldea.

L'écoaldea se distingue par la richesse et la diversité de ses membres, qui apportent leur expertise en facilitation de processus collectifs d'apprentissage, guérison et reconnexion avec la nature, célébration et pratiques artistiques. Au sein de la communauté, on retrouve des enseignants, des artistes, des architectes, des alchimistes culinaires, des gardiens de la terre, des gestionnaires de projets, des danseurs, des guérisseurs....



LOGEMENT ET REPAS

LOGEMENT

Nous ouvrons nos maisons pour vous offrir une expérience immersive au sein de la forêt humide andine, tout en vous intégrant à une communauté vibrante et accueillante. Nos hébergements, construits avec des matériaux naturels tels que le guadua (bambou), le bois et les murs en terre, et conçus avec une architecture unique, garantissent un séjour chaleureux et confortable.

Nos options d'hébergement :

Aldeafeliz

- Hébergement privé avec salle de bain privée
- Hébergement partagé avec salle de bain commune

Casa Serena (à 1 km de l'écoaldea)

- Lits partagés dans un cadre convivial
- Transport aller-retour vers l'écoaldea inclus



REPAS

Nous vous proposons une cuisine délicieuse, équilibrée et pleine de contrastes, de couleurs et de textures. Nos plats sont préparés avec des ingrédients intégraux et de saison, en veillant à l'équilibre nutritionnel et à la qualité des aliments.

Nous privilégions l'utilisation d'ingrédients locaux, cultivés et transformés selon des pratiques agroécologiques, afin de garantir une alimentation saine, durable et respectueuse de l'environnement.

Nous offrons trois repas par jour, accompagnés d'un en-cas, pour que vous puissiez profiter d'un séjour nourrissant et régénérant.



AUTRES ACTIVITÉS DE LA SEMAINE

SEMER ET RÉCOLTER



MASSAGES THÉRAPEUTIQUES



MÉDECINE & ECSTATIC DANCE



DANCE DE LA PAIX



BALADE



NUITS MAGIQUES



AGENDA DE LA SEMAINE

Soumis à modification*

JOUR 1

AM: Arrivée et Installation
PM: Découverte du territoire
EV: Cercle de parole : Histoire de vie

JOUR 2

AM: Définition de l'intention de la semaine : Minga et Semis
PM: Cereemonie de chicha
EV: Nuit de Jeux et Feux de camp

JOUR 3

AM: Cereemonie de hutte de sudation (Inipi)
PM: Repos et activités de connexion avec le corps (massages)
EV: Cercle d'apprentissage : Qu'est-ce aui est vivant en moi?

JOUR 4

AM: Balade au "Santuario de la Virgen"
PM: Cercle d'apprentissage: communication par la connexion
EV: Dance de paix universelle

JOUR 5

AM: Minga cacaotera (récolte de cacao)
PM: Cereemonie de Cacao
EV: Medicine/ecstatic Dance

JOUR 6

AM: Experiences à la carte pour approfondir
PM: Experiences à la carte pour approfondir
EV: Nuit magique

JOUR 7

AM: Départ
PM: ...
EV: ...

INFORMATION PRATIQUES

DATES DES EXPÉRIENCES EN 2025

AVRIL: du 31 au 6 MAI
JUIN: du 16 au 22

&

OCTOBRE: du 20 au 26
DECEMBRE: du 1er au 7

CAPACITE

12 personnes maximum

TARIFS

1050€ / persona en cabane partagée

1250€ / personnes en cabane privée

INCLUS

- A/R San Francisco Aldea
- 3 repas et snacks par jour
- Toutes les activités décrites

NON INCLUS

- Transport jusqu'à San Francisco
- Consommation en dehors de la pension complète

COMMENT RÉSERVER SA PLACE ?

Email

adrien.ruffino@soliderrance.com

Phone

+ 33 6 58 15 90 58

COMMENT VENIR ?

Aéroport le plus proche

Bogota El Dorado Aéroport International

Dernier Km

Vous serez recus sur la place du village de San Francisco et amenés à l'écovillage

Transports Publics

Départ depuis la station Salitre de Bogota
Arrête à San Francisco Cundinmarca

Autres Services

Reception à l'aéroport avec supplément

EN PARTENARIAT AVEC



GLOBAL
ECOVILLAGE
NETWORK

