

# ADRESSE DU STAGE DE L'ECOLE DES SOURCIERES

Centre Spirales  
Château d'Anctoville  
14120 Anctoville

## PLAN d'ACCÈS

**Anctoville** est situé à une trentaine de km de Caen en direction de Rennes.

**ATTENTION** : les GPS ne fonctionnent pas partout. Merci de suivre exactement ces consignes :

- Indiquer **Anctoville** à votre GPS (et c'est tout pas de château ou autre chose)
- quand vous êtes à Anctoville, prenez la direction **Caumont l'Eventé**,
- après la sortie du village, sur votre gauche vous trouverez une grande grille avec le **Centre Spirales** indiqué.

Si vous arrivez le vendredi tenez compte du fait que le périphérique de Caen est généralement embouteillé à partir du milieu de l'après-midi.

## HÉBERGEMENT

Ce stage est uniquement en résidentiel et l'hébergement se fait en chambre de 2 à 3, avec des lits 1 place, superposés ou pas. Comme il y a 5 chambres vous êtes en général 2 par chambre.

Vous choisissez votre chambre et votre lit à votre arrivée.

Draps, oreiller, couette, petite serviette de toilette et gant sont fournis.

**Votre hébergement est automatiquement réservé à votre inscription au stage.**

Coût : 30€/nuit

## REPAS

Vous amènerez vos repas **végétariens**, tisane/thé et vos boissons et grignotes préférées pour les pauses. Sur place vous trouverez une cuisine et entièrement équipée (sauf four à micro-ondes)

**Merci de ne rien amener en plastique jetable par respect pour la Nature.**

Amenez une gourde plutôt que des bouteilles d'eau en plastique, l'eau du robinet sur place est de bonne qualité.

## A APPORTER AVEC VOUS

- foulard ou masque pour couvrir les yeux,
- un matelas ou un tapis de yoga pour les voyages,
- un coussin ou un oreiller pour les voyages,
- chaussures et vêtements adaptés pour le travail en extérieur (chapeau/ crème solaire ou imperméable/bottes de pluie, selon la météo),
- gourde pour boire l'équivalent d'une bouteille d'eau par jour (pas de plastique pour respecter la Nature SVP)
- votre carnet de voyages et un stylo, pour les notes indispensables,
- si vous avez : maracas/hochet ou tambour avec mailloche (pas de bol svp),
- objets pour mettre sur l'autel,
- offrandes pour l'esprit du lieu et l'esprit du stage (graines, cailloux, fruits, fleurs... ou autre selon inspiration),
- le solde pour l'animation **uniquement par chèque**,
- le solde pour votre hébergement (pas de CB svp).