



Voyages vers soi

En compagnie de Jean-François

Besoin d'une pause, d'un moment pour vous ?
En questionnement, en recherche de sens ?
Juste envie de dépaysement, d'aventure ?

A vous,
je lance une invitation

Faites votre sac
Venez me rejoindre pour quelques pas dans mes itinérances de par le monde.

Venez vivre une expérience de vous, pour vous, avec vous, en vous...
Venez vous confronter avec amour
Venez écouter le bruit du silence
Venez déposer ce qui grouille en vous

Faites-vous confiance ❤️☀️
Venez

Jean-François



OÙ / QUAND

Lorsque je chemine sur les chemins du monde, je vous invite à me rejoindre l'espace d'un moment dans les pays que je traverse.

Découvrez **toutes les propositions** sur le site www.voyagesverssoi.com, à l'onglet "Prochains départs".

Cheminaut au rythme du pas et de ce que l'itinérance me réserve, les propositions et le calendrier peuvent évoluer. Les dates sont généralement confirmées +/- 4 à 6 semaines avant le départ. Une certaine flexibilité est donc de mise. ☀️

Chaque proposition finale (pays, région et dates exactes) est transmise via la newsletter de **Voyages vers Soi** et via le réseau social Facebook où je partage les expériences de mes marches. Vous trouvez le lien vers ce réseau sur le site internet.

Important : les dates proposées ne doivent pas être un obstacle. Si vous n'êtes pas disponible à ces moments-là et que vous ressentez le besoin de réaliser une pause ou de prendre soin de vous, contactez-moi, "mon sac à dos vous sera toujours ouvert." 😊

NOMBRE DE PARTICIPANTS

4 personnes maximum. L'idée et l'envie sont de rester en petit comité. Garder une dimension humaine, offrir une plus grande écoute et disponibilité, faciliter l'interaction entre nous et favoriser les rencontres locales.

GENRE

Itinérance ouverte à tous, femmes et hommes.

(Pour des raisons de facilité de lecture, cet appel a été rédigé au masculin, il aurait pu tout aussi bien l'être au féminin. ☀️)

ÂGE

Ces séjours sont **accessibles à toutes et tous**.

Il n'y a pas d'âge pour faire une pause, prendre un temps pour soi et cheminer.

Il y a l'envie et l'appel intérieur. L'important est que cela résonne en vous.

DURÉE

Comptez **2 semaines de voyage au total**: 2 à 3 jours pour arriver, vous poser et se rejoindre, **10 jours de marche** ensemble et 2 à 3 jours pour rentrer chez vous sans trop d'empressement.

RYTHME DU VOYAGE

Nous cheminons ensemble, **adaptant le rythme à toutes les personnes** de notre petit groupe.

Aucun exploit sportif en vue, il n'y a pas d'autres objectifs que ... d'être en chemin. Et, bonne nouvelle, l'arrêt et le silence font aussi partie de celui-ci. 😊

Et... COMBIEN ÇA COÛTE ?

Changeons les énergies...

Il est essentiel à mes yeux de donner l'opportunité à chacun et chacune de pouvoir vivre cette expérience : **aucun montant n'est demandé pour y prendre part**.

Vous réglez sur place vos dépenses personnelles (à partir de 10/15 eur/jour, voire moins, dépendant de vos choix d'alimentation et d'hébergement).

Pour mon accompagnement, je pratique une forme de don qu'est la "**participation consciente**". Le document explicatif à propos de celle-ci est disponible sur le site www.VoyagesVersSoi.com sous l'onglet "*Et ... quel est le prix ?*". Je vous invite à en prendre connaissance **avant** de vous engager dans le voyage. En résumé, à la fin du périple ou de retour chez vous, vous me donnez ce que vous jugez juste en vous basant sur différents critères: vos ressources financières, les ressources mises en place pour que vous puissiez vivre ce voyage, la richesse de l'expérience vécue, votre désir que Voyages Vers Soi puisse se pérenniser et la valeur sur le marché du service presté.

Vous ne **payez** donc pas pour avoir droit à un service mais vous **donnez** pour remercier et pour que cette proposition de voyage puisse continuer à exister et que d'autres personnes puissent en profiter

Cela change complètement l'énergie de l'argent. J'adore cette approche et j'ai confiance en cette dernière.

ORGANISATION

Ce séjour n'est pas un voyage organisé mais une proposition à venir me rejoindre pour cheminer ensemble. Chacun est l'organisateur et le responsable de son périple.

MON INTENTION

- Mettre mon énergie à la construction du monde dans lequel je souhaite vivre
- Réaliser un projet qui fait écho en moi et qui a du sens
- Être là, pleinement là, ressentir, accueillir et transmettre
- Avancer sur mon propre chemin en soutenant l'autre

VOTRE INTENTION ? 😊

"Le monde extérieur est le reflet de notre monde intérieur".

Avant chaque réalisation, avoir une intention, déposer une pensée, une parole devant soi, la nommer et l'envoyer dans l'univers est le premier pas pour lui donner le jour.

Je vous invite chaleureusement à poser en vous vos intentions, à les noter précieusement et, cette expérience n'étant qu'une étape sur votre chemin, à les relire à votre retour. ❤️☀️

++++



EN PRATIQUE AVANT LE DÉPART

- **Avant de vous engager.** Je vous remercie de prendre connaissance des 2 documents suivants :
 - ☘ "Infos spécifiques" du voyage choisi. Ce document est accessible sur le site internet www.VoyagesVersSoi.com, sous l'onglet "Prochains départs". S'il n'est pas visible, c'est qu'il n'y a rien à signaler.
 - ☘ "Participation consciente". Ce document est accessible sur le site internet www.VoyagesVersSoi.com, sous l'onglet "Et... quel est le prix ?".
- **! En premier lieu.** Avant que vous ne preniez vos billets de transport pour me rejoindre, s'il y a une information vous concernant qu'il est important que je sache pour le bon déroulement du voyage de chacun, il est de votre responsabilité de me la communiquer. Je vous en remercie.
- **Inscription.** Aucune inscription à réaliser (formulaire/paiement), nous ne sommes pas dans un séjour organisé. Si vous souhaitez venir me rejoindre, vous m'en informez simplement. Dès que je vous ai confirmé la disponibilité et que vous m'avez confirmé votre engagement, je vous demande de m'envoyer votre plan de transport endéans les 72 heures. Sans nouvelle de votre part au bout de 72 heures, la disponibilité n'est plus valable.
- **Votre transport** (bus, train, vols, ...). Vous le prenez de votre côté. C'est la première démarche à réaliser. Vous arrivez dans la ville du rendez-vous au plus tard la veille de notre premier jour de marche. Vous repartez au plus tôt le soir du dernier jour de marche. **Important:** pour que vous puissiez être dans les mêmes transports que les autres participants, s'il y a déjà des participants, je vous mets en relation avec eux ou vous communique leur plan de transport.
- **Préparatifs.** Un groupe de chat en ligne via la messagerie WhatsApp ou Telegram avec l'ensemble des voyageurs est créé pour échanger et pour se préparer ensemble à vivre cette aventure.
- **Sac à dos.** Pour vous accompagner dans la préparation de votre sac à dos, je vous envoie la liste des affaires avec lesquelles je chemine.
Important: il est essentiel que vous limitiez au maximum le poids de votre sac à dos. Pour l'avoir vécu: si celui-ci est léger, marcher sera un plaisir ; s'il est lourd, ce sera

un calvaire car votre corps sera vite endommagé (pieds, chevilles, genoux, dos) et vous risquez de tout simplement abandonner.

- **Randonner.** L'un des thèmes principaux de ce séjour est la marche. Même si nous adaptons le rythme au groupe, sauf exception, nous marchons tous les jours. Dès votre participation confirmée, sans forcer, ni vous épuiser, je vous recommande vivement de réaliser des balades chez vous (avec votre sac) en augmentant progressivement le nombre de kilomètres pour habituer votre corps et vos pieds et être à l'aise dans vos chaussures.
- **Comptes monétaires** entre voyageurs. Pour faciliter cet aspect-là et pouvoir le sortir de la tête, durant le périple, nous fonctionnons avec une application de gestion des comptes. Gratuite et très intuitive, je vous remercie de l'installer sur votre téléphone dès que je vous l'ai communiquée. Je créerai le groupe avec l'ensemble des participants.
- **Assurances.** Vous souscrivez aux assurances de votre choix. Une seule me paraît essentielle : l'assurance "assistance-rapatriement". Pour les autres, c'est selon votre personne et vos habitudes.
- **Visa** (si besoin). Je vous invite à consulter le ministère des affaires étrangères de votre pays.
- **Passeport** (Voyages hors Europe uniquement). Obligatoire, valable au minimum 6 mois après la date retour.
- **Banque** (Voyages hors Europe uniquement). N'oubliez pas de demander à votre banque l'ouverture de votre carte de débit pour le pays visité, faute de quoi vous ne serez peut-être pas en mesure de retirer de l'argent.
- **Communication.** Si je marche au moment de nos premiers échanges, ma disponibilité est limitée. De même, je n'ai pas toujours de connexion internet. Comme indiqué précédemment, nous privilégions le chat en ligne créé entre nous pour communiquer.
- **A l'approche du départ.** Vous aurez peut-être des appréhensions ou des craintes qui surgissent. C'est normal. Accueillez-les, le voyage a déjà commencé. ❤️☀️
- **Soutien.** Dans la mesure de mes disponibilités, je suis là pour vous accompagner pendant les préparatifs.

++++



EN PRATIQUE, PENDANT LE VOYAGE

- **! Vivre ensemble.** Même si nous sommes peu nombreux, nous formons un groupe. Nous sommes tous en dehors de notre zone de confort, bousculés par l'expérience. Vos compagnons de route (tout comme vous bien entendu) ont besoin que vous preniez parfois sur vous, que vous fassiez peut-être un pas ou un geste vers eux et que vous soyez bienveillant et respectueux. Ce "vivre ensemble" est essentiel au succès du périple. Il est important que vous en ayez conscience dès aujourd'hui. En prenant part à cette aventure, implicitement, vous prenez cet engagement. Je vous remercie pour votre écoute et pour votre ouverture du cœur.
- **Arrivée & rendez-vous.** Nous nous rencontrons dans la ville convenue lors des préparatifs (ou citée dans le document "Infos spécifiques") la veille du premier jour de la marche.
- **Organisation.** Je ne suis pas l'organisateur responsable du séjour. Je découvre en même temps que vous ces régions que nous sillonnons. Nous sommes tous "co-organisateur" et chacun est responsable de lui-même. Par contre, oui, tout comme vous, pour la réussite de cette aventure, je m'engage avec joie à mettre toutes mes compétences et toute mon expérience au service de chacun d'entre vous et au service du groupe.
- **Programme & itinéraire.** Le programme se crée au fur et à mesure du parcours. J'ai une idée de l'itinéraire mais nous nous laissons porter par nos pas, par les rencontres, par les décisions du groupe, sans (trop de) regard(s) sur la montre.
- **Activités.** Marche, nature, rencontres, partages, émotions, rires, dépassement de soi, silence, cercle de paroles, écoute, découvertes, émerveillements, ...
- **Repas.** Chacun choisit où il mange (pique-nique, petits restos, ...) et gère son budget. Et quand il n'y aura pas le choix, c'est que nous sommes en mode "pique-nique". 😞
- **Hébergement.** Petit hôtel ou couchsurfing la veille du premier jour de la marche et le dernier jour de la marche. Durant le séjour, quand il y a le choix, chacun choisit où il dort (sous tente, chez l'habitant ou en petit hôtel) et gère son budget. Et quand il n'y a pas le choix, c'est que nous sommes sous tente. 😞

- **Retour.** Nous nous quittons soit le soir du dernier jour de la marche, soit le lendemain matin.
- **Invité(s) surprise.** Il se peut qu'il y ait un ou plusieurs invités surprises avec nous. Je suis en effet parfois accompagné par des chiens de rue, fort présents dans beaucoup de pays. ❤️☀️
- **Soutien.** Durant tout le périple, je suis à vos côtés (si vous le souhaitez).

EN PRATIQUE, APRÈS LE VOYAGE

- "*Quand le voyage se termine, le Voyage commence.*"
Hé oui, c'est cela qui est magnifique avec ce que vous allez vivre : ce genre d'expérience continue bien après le retour.
- **Soutien.** Dans la mesure de mes disponibilités, j'ai à cœur d'être (toujours) là pour vous. Vous pouvez compter sur moi.

++++



Voici maintenant mes **réponses à des questions ou des réflexions** que vous pourriez vous poser. 😊🙄

"JE N'AI PAS LA CONDITION PHYSIQUE"

Nous ne sommes pas dans un exploit sportif. Il n'y a rien à prouver.

Comme je l'ai dit, je ne suis pas l'organisateur et vous le participant: je suis co-voyageur avec vous et nous allons cheminer au rythme décidé par l'ensemble des personnes. Cela veut peut-être aussi dire que vous allez devoir aller moins vite que vous ne le souhaitez 😊.

Même s'il est enrichissant de se dépasser et que vous allez sortir de votre zone de confort, l'important n'est ni la destination, ni le rythme mais le mouvement.

A titre d'information, en général, nous réalisons une 15aine/20aine de km par jour, ce qui représente environ 4/5 heures de marche.

"JE N'AIME PAS MARCHER"

Avez-vous réellement déjà essayé ?

Et puis, honnêtement, nous n'allons pas "marcher", nous allons cheminer et vivre une expérience, ensemble et séparément.

Je vous préviens, vous pourriez aimer et la marche pourrait devenir une drogue. 🙄

"J'AI DES PEURS, JE N'AI JAMAIS FAIT ÇA"

Bienvenue à vos peurs, elles sont légitimes. Nous en avons tous, dès que nous nous mettons à penser au futur.

Voici les miennes: "*vais-je être à la hauteur ? Suis-je légitime ? Les personnes vont-elles être touchées ?*, ..." Ça travaille en moi, croyez-moi. Pourtant, je reste désireux de proposer ces voyages car je les "sens" et, surtout, je ne veux pas vivre avec le regret de ne pas les avoir réalisés.

Et puis, finalement, quand nous y réfléchissons: quel est le risque ?

Nous allons y arriver, nous allons vivre une enrichissante aventure.

Quelque part en nous, nous le savons. Je nous propose de nourrir cela! 🌞❤

"CERTAINS DES DESTINATIONS PROPOSÉES SONT DANGEREUSES, NON ?"

Non, il n'y a pas plus de risques que dans nos pays, voire moins.

Je vais être franc: croyez-vous que je mettrais la vie des autres et ma propre vie en danger ?

Pour le sillonner depuis des années, je vous assure que le monde est magnifique, partout il y a des anges. Les "démons" sont beaucoup plus rares que ne le prétendent les médias mainstream.

"QUI ÊTES-VOUS ?"

Je m'appelle Jean-François. Né en 1973, je suis célibataire et sans enfant.

Après avoir vécu plusieurs années sur plusieurs continents et organisé des "voyages à dimension humaine" pendant 20 ans (cfr www.EmotionPlanet.com), j'ai cheminé à pied ces dernières années : en 2018 pendant 5 mois de Bruxelles à Faro (Portugal) et de 2019 à 2022 de la France à l'Inde.

Ce que je veux faire aujourd'hui de ma vie ? Je l'ignore exactement, je suis en pleine transition et quête de sens, j'essaie de vivre au jour le jour et d'appivoiser la peur du lendemain.

J'apprends à m'aimer (c'est un long chemin). Plus je m'aime, plus j'éprouve de l'amour pour les autres.

J'ai envie d'offrir mes ors aux autres.

Quand je reçois un cadeau, je suis content. Quand je donne un cadeau, je suis heureux.

Voici mon profil Facebook: <https://www.facebook.com/jeanfrancois.delvaux>.

++++



"ALORS CET "APPEL", POUR VOUS OU PAS ?"

Il est essentiel d'écouter votre petite voix et non vos peurs.

Maintenant que vous avez lu l'invitation complète, je vous convie à fermer les yeux, à respirer et... "*que vous dit votre voix intérieure ?*"

Si elle vous dit "*non, ce n'est pas pour toi*", il est préférable de la suivre. S'il est important d'apprendre à se bousculer et à sortir de sa zone de confort, il l'est tout autant d'apprendre à s'écouter et à se respecter.

Pour la réussite de votre/notre voyage, il est essentiel que vous en ayez envie, que vous soyez d'accord de sortir de votre zone de confort et que vous sentiez que "*cela va peut-être être un challenge mais ... "ça va le faire!"*"

En deux mots, que vous sentiez une envie et qu'elle vous mette en joie. 😊

INTÉRESSÉ(E) ?

Je vous invite à me communiquer le voyage choisi. S'il n'y a pas de voyages proposés, mentionnez-moi la période/destination de votre choix et je reviendrai vers vous dès les dates des voyages établies.

Je vous invite également à vous inscrire à la newsletter sur www.VoyagesVersSoi.com pour être tenu au courant des voyages futurs proposés.

COORDONNÉES

- **Suivre mon périple** actuel sur Facebook: www.facebook.com/jeanfrancois.delvaux
- **Contact** via les messageries Telegram ou WhatsApp au +32 473 668 466 (Téléphone et email: **indisponibles**)

Au plaisir de faire votre connaissance et à la joie de cheminer avec vous.

Jean-François