

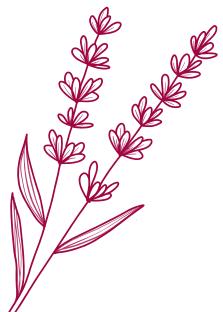


# “SÉJOUR LES SENS EN ÉVEIL”

## PROGRAMMATION

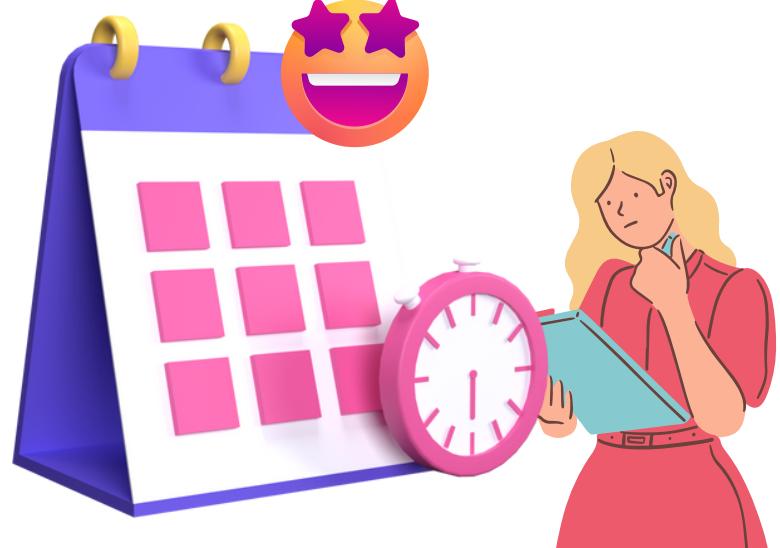


ART  
& ARÖMES



# A QUOI VA RESSEMBLER MON SÉJOUR ?!

- **Jour**  
1



- **Jour**  
2

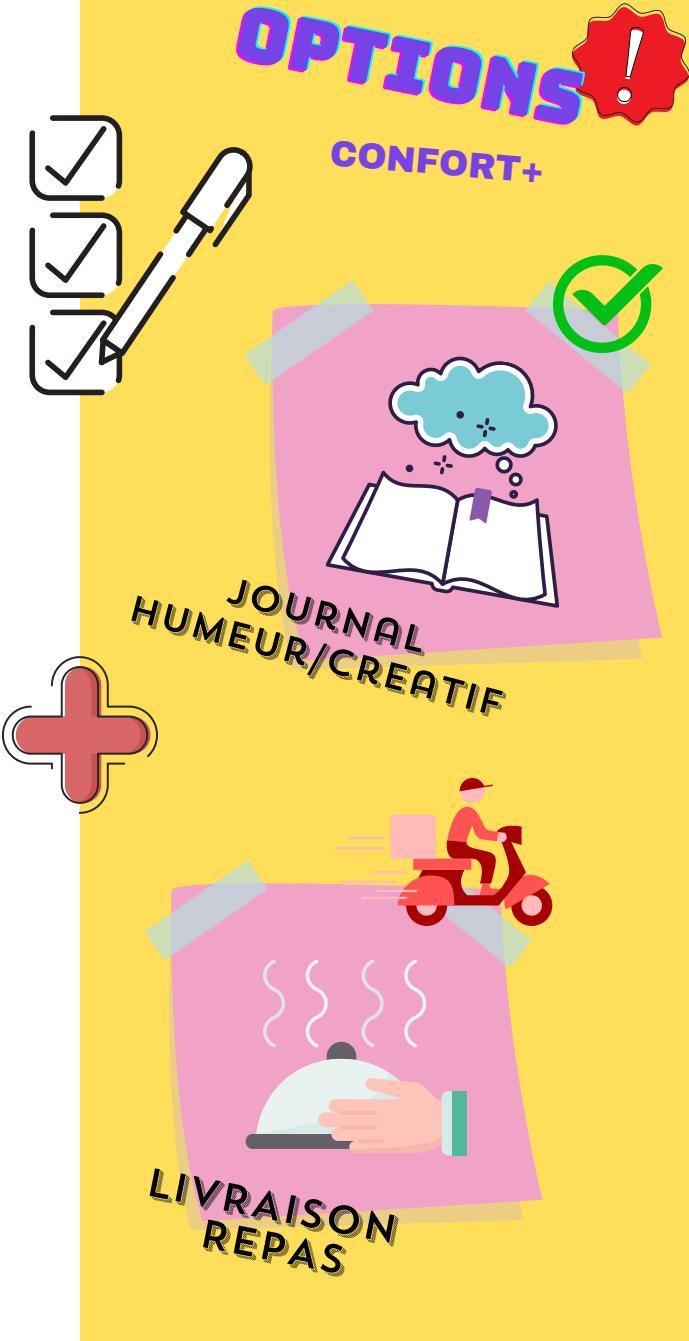
- **Jour**  
3



# Jour 1

- ① ACCUEIL
- ② APÉRO
- ③ TEMPS LIBRE
- ④ ESPACE CUISINE PARTAGÉ

**Options CONFOR+**  
Au choix, non obligatoire



# • Jour 1



Options **CONFORT+**   
Au choix, non obligatoire

## ORGANISATION GENERALE

# PROGRAMME DU VENDREDI ARRIVÉE & DÉCOUVERTE

- **17h00 \_ Arrivée, accueil et accès à votre chambre, visite des lieux**
  - Vous serez accueilli par l'hôte et par l'organisatrice du séjour à votre arrivée [+ règlements](#)
  - Attirage d'une chambre, visite des lieux, rangement de vos valises
- **17h30 \_ Rencontre et introduction avec l'organisatrice**
  - Petit apéritif de bienvenue en individuel ou en petit groupe
  - Briefing sur le déroulement du séjour
- **18h00 \_ Installation et Temps Libre**
  - Temps d'installation personnel & Pause "détente"
  - + **Option CONFORT +** : distribution et explication du journal créatif/humeurs (**si réservé en aval**)
- **A partir de 19h00 \_ Soirée libre**
  - + **Option CONFORT +** : Repas livré par un traiteur durant votre séjour (**si réservé en aval**)
  - Profitez des espaces communs, de la piscine (saison chaude), du grand jardin, contemplez la nature les chevaux, sortez aux alentours ... rencontrez les autres ...

# • Jour 2

- ① RÉVEIL
- ② ART' AROMA
- ③ REPAS
- ④ AROMA' TOUCH
- ⑤ PAUSE
- ⑥ DINER



Options  
CONFORT+

Au choix, non  
obligatoire



SAMEDI JOURNÉE

# • Jour 2

1 RÉVEIL

2 ART' AROMA

3 REPAS

4 AROMA' TOUCH

5 PAUSE

6 DINER



Au choix, non  
obligatoire



Options  
CONFORT+



## PROGRAMME DU SAMEDI

### UNE JOURNÉE RIEN QUE POUR SOI !

#### ORGANISATION GENERALE

- **De 9h à 12h \_ Réveil & Thérapie**

- Préparez votre petit-déjeuner et venez à la séance Art'Aroma (1h)

- **De 12h à 14h00 \_ Midi & Pause**

- Temps libre pour manger et faire une pause

+ **Option CONFORT +** : Repas livré par un traiteur durant votre séjour (**si réservé en aval**)

- **Après-Midi \_ Massage & Détente**

- Profitez des espaces pour vous détendre et venez à la séance AromaTouch (1h)

- **Soirée \_ Dîner & Temps libre**

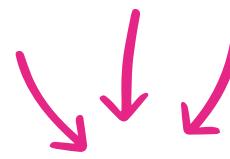
- Profitez des espaces communs, de la piscine (saison chaude), du jardin, sortez ...

+ **Option CONFORT +** : Repas livré par un traiteur durant votre séjour (**si réservé en aval**)

# • Jour 3

① RÉVEIL

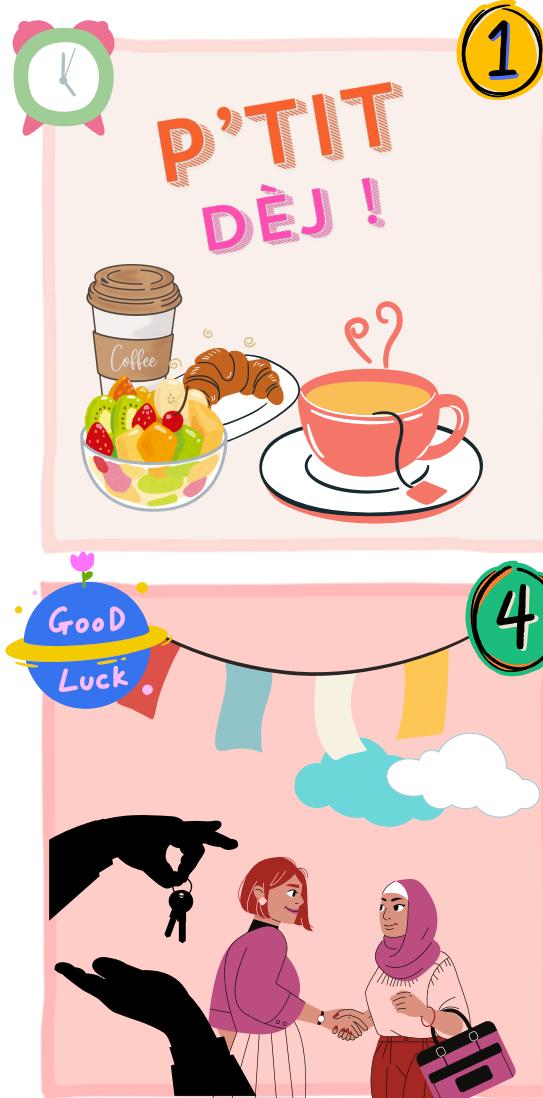
② RANGEMENT



③ CLÔTURE EN  
ART-THÉRAPIE

④ FIN DE  
SÉJOUR

Au choix, non  
obligatoire  
**CONFORT+**



## DIMANCHE MATINÉE



**CONFORT+**



HUILES  
ESSENTIELLES  
OU HYDROLAS



**OPTIONS!**

KIT / LIVRET  
ART- THÉRAPIE



# • Jour 3



Options CONFORT+  
Au choix, non obligatoire

## PROGRAMME DU DIMANCHE DERNIERS MOMENTS DE FIN DE SÉJOUR



### ORGANISATION GENERALE

#### • **Matinée\_ Réveil, rangement & clôture**

- Prenez votre petit-déjeuner en toute tranquillité
- Rassembler ses affaires et rendre la chambre avant 11h
- **Le ménage** est compris dans le prix du séjour pour plus de tranquilité !
- Participer à la dernière séance "Clôture d'art-thérapie" (1h30)

+ **Option CONFORT +** : Repartez avec des huiles essentielles doTERRA, et/ou des hydrolats et/ou un kit d'art-thérapie (**si réservé en aval**)

#### • **Midi & Après-Midi \_ Temps libre & Fin de séjour**

+ **Option CONFORT +** : Repas livré par un traiteur durant votre séjour (**si réservé en aval**)

- Vous pouvez profiter des derniers instants pour manger sur place et profiter des espaces : piscine, jardin, ...