

Jeûner au domaine du Moulin de l'Ortille

Au cœur de la forêt de Compiègne à 1h de Paris, dans un ancien moulin datant du XVIIème siècle.

Au cœur d'un domaine forestier de sept hectares et en bordure d'un étang vous y trouverez nos chambres d'hôtes de charme dont une suite au deuxième étage du Moulin, un espace petit-déjeuner et terrasse ainsi qu'une salle de réception pour les événements.

https://youtu.be/1_W5GawHzDg



Véritable espace de mieux-être, le Moulin de l'Ortille a pour vocation de redonner vie aux personnes épuisées par le monde du travail et de les aider à retrouver du sens. Une invitation au ressourcement, au repos et au calme.

Une équipe de 3 personnes présente en permanence pendant votre séjour : responsable du centre et naturopathes + des intervenants (sophrologue, art thérapeute etc.)

Au programme, promenades, découverte, méditation et bien-être...

Une semaine rien que pour vous... Une semaine pour lâcher prise et faire le plein d'énergie grâce à des activités idéalement adaptées à la pratique du jeûne.

Hébergement : 14 places en chambres partagées ou non

Au programme : randonnées en forêt, art-thérapie, massages, sophrologie, conférences, astronomie, sylvothérapie, initiation à la reconnaissance des plantes sauvages comestibles...

Journée type :

8 h30 - Éveil matinal et corporel, yoga, sophrologie, qi gong

10h00 - Départ pour la randonnée

14h30 – Repos et soins

19h00 - Autour du bouillon de légumes

19h30 - Conférence et questions/réponses

Le séjour (hébergement inclus) la semaine 700 € par pers. (base chambre double)

En option : + 120 € par semaine en chambre individuelle (selon disponibilités)

Les soins à la carte 50 € : massage, reflexo... (1h)

Lieu

Moulin de l'Ortille, 60200 Compiègne, France

coordonnée GPS : 49.40724 2.91763

Contact et inscription : Olivier Villemain Naturopathe

06 28 05 72 44

Plus d'information : www.naturopathe-noyon.fr



Dates : du 2 au 9 mai
du 1 au 8 juin
du 6 au 13 juillet

