

# STAGE RESSOURCE EN CORSE

UNE PARENTHÈSE HORS DU TEMPS

07-14 juin 2025

*immersion en  
pleine nature*

Partez pour un voyage intérieur et sensoriel dans le maquis et au bord de l'eau. Une exploration du silence pour être joyeusement à l'écoute de votre corps et de vos ressentis.



CLOS DU MOUFLON

Lieu en pleine nature, face à la mer



# UNE SEMAINE POUR SOI EN CORSE

Besoin et envie de calme, de ralentir, de retrouver votre énergie ?  
Vous reconnecter à vos ressources, écouter le silence, votre silence,  
votre respiration, vous déposer dans la nature et dans votre corps ?

Nous vous accompagnons en pleine nature avec des ateliers collectifs  
et individuels, articulés autour des 5 sens et des éléments naturels.

## ECHANGE

Autour des enseignements des médecines traditionnelles  
(naturopathique, ayurvédique et chamanique) pour prendre  
conscience du rythme biologique et du lien corps-âme-esprit.



Julie Houriez  
Naturopathe,  
formatrice, initiée à  
l'ayurvéda.

## EXPLORATION

Ateliers olfactifs, créatifs et sensoriels.  
Mouvement libre, dansé, dans l'expression de ce qui est.  
Marche consciente pour renouer avec la respiration du corps,  
avec la nature comme guide pour nous plonger dans notre  
nature intérieure. Rituels. Méditations.



Carole Micheloud  
Thérapeute en soin  
psycho-corporel  
initiée à la médecine  
énergétique  
chamanique des  
Andes.

## ALIMENTATION

Végétarienne, simple et vitalisante avec des légumes du jardin et  
des produits de la Corse. Nourrir le corps autant que les sens !

Et bien sur, du temps libre et de repos avec soi...

### TARIF : à partir de 994€\* (tout compris)

Limité à 7 personnes en pension complète pour 7 nuits du samedi après-midi au samedi  
matin. Hébergement en gîtes collectifs. Les ateliers se déroulent au clos du mouflon (20km  
de l'aéroport de Calvi, navette possible sur demande).

\* Plusieurs tarifs sont proposés selon votre besoin de confort, nous contacter. 30 min de soin  
offert inclus dans la formule. Le tarif n'inclut pas le transport pour venir en Corse.

### INFORMATION & RÉSERVATION

06 98 84 09 92 (Carole) – 06 75 70 26 78 (Julie)