

# LES WEEK-END

*bien-être  
et nature*



**Du samedi 14 septembre - 9h30  
au  
dimanche 15 septembre - 16h**

---

**Offrez-vous  
un week-end de ressourcement  
tout compris entre femmes**

à 45 minutes de Toulouse et 30 minutes d'Albi



ECO CEIBA - 3218 route de la courbe - 81300 BUSQUE

# Au programme

## Samedi 14 septembre

**9h30** : accueil, collation et échange entre les participant(e)s

**10h - 11h30** : Création d'un baume hydratant avec Leila de Mon p'tit Vauréen (Lavaur)

*Vous apprendrez comment concevoir un baume et repartirez avec !*

**11h30 - 12h** : installation dans les hébergements

**12h-13h30** : Déjeuner végétarien

**13h30 - 14h30** : Dégustation de thé et échange avec Julien des Brumes du Yuann (Gaillac)

**14h30 - 18h00** : Ateliers tournants de 1h





# Au programme

14h30 - 18h00 : Ateliers tournants de 1h  
(4 personnes maximum par atelier)

## Soins du Visage

Micro-Hammam,  
gommage et soin naturel  
de la peau  
avec **Françoise**,  
passionnée par le  
bien-être au naturel

## Massage haut du corps

Spécialisée et formée aux  
massages bien-être,  
**Magali** vous massera et  
saura vous donner de  
précieux conseils à  
reproduire chez vous

## Colorimétrie

Avec **Lisiane**, conçu pour vous  
aider à choisir les couleurs qui  
sublimeront votre beauté  
naturelle. Apprenez à harmoniser  
votre teint, vos cheveux et vos  
yeux avec des conseils  
personnalisés.



# Au programme

**Samedi 14 septembre**

**18h - 19h30** : temps libre

**19h30 - 20h30** : dîner collectif végétarien

**20h30 - 22h00** : cercle de femmes, échange entre femmes et libération de la parole animé par **Françoise**



# Au programme

**Dimanche 15 septembre**

**7h30 - 9h** : petit-déjeuner collectif

**9h30 - 12h30** : balade en vélo électrique et découverte de la ferme Ver'laine Mohair et de ses chèvres angora. Vous découvrirez les différentes étapes de la transformation de la fibre Mohair. Rencontrez également les autres animaux de la ferme (chevaux, poules, ânes, ...) ; arpentez les prairies naturelles qui s'intègrent à tout un écosystème restauré.

**12h30 - 13h30** : déjeuner végétarien

**13h30 - 14h30** : lithothérapie avec Magali, bijoux en pierres semi-précieuses

**14h30 - 16h00** : **bain de forêt** avec Catherine

**16h00 - 16h30** : préparation et départ



# Votre logement

Vous dormirez dans un hébergement insolite de 28m<sup>2</sup> à partager entre **1 à 4 personnes**. Les lits peuvent être séparés.

Chaque hébergement possède ses propres sanitaires.



# Tarif



240€\* en pension complète  
sur 2 jours

Ce prix comprend : les collations, les déjeuners,  
le dîner, le petit-déjeuner, la nuitée ainsi que  
l'ensemble des prestations

\*Nous croyons que le bien-être devrait être accessible à tous. Si le tarif de  
240€ pour le week-end représente une difficulté financière pour vous,  
n'hésitez pas à nous contacter pour discuter d'une solution adaptée à votre  
situation

## Renseignements et inscriptions

(12 participantes maximum)



[contact@ecoceiba.fr](mailto:contact@ecoceiba.fr)



06.63.22.97.04



*Eco Ceiba*

**ECO CEIBA - 3218 route de la courbe - 81300 BUSQUE**