

Les séjours à thème 2016



Avec notre partenaire



Et les formateurs et formatrices qui nous font confiance

Agnès Defourny	Nathalie Portaz
Charlotte aux plantes	Nathalie Mlekuz
Eric Guiomar	Paule Donneaud
Florence Guiomar	Stéphanie Rochoux
Florence Huvet	Sylvie Deglon
Manu Rochoux	Véronique Viloing

Informations sur notre site Internet : www.laluneenbouche.com

Pour les séjours « Kaizen » (alimentation saine, cueillettes et transformation de plantes sauvages, méditation), s'inscrire sur le site de notre magazine préféré : <http://www.kaizen-magazine.com/vacances/>

Deux nouveaux visages pour 2 nouveaux séjours à thème

Charlotte aux plantes est un projet né de l'envie de rendre la médecine naturelle à portée de main !



Car il faut à peine... du soleil et de l'eau pour faire germer une graine. Un brin d'attention pour reconnaître les plantes médicinales dans leur environnement. Un peu de bon sens pour les récolter, et le plus souvent à peine une tasse bouillante pour extraire leurs principes actifs.

Pour retrouver les gestes de l'herboriste et prendre sa santé en main, Charlotte propose des formations pratiques en herboristerie, des consultations interactives, des graines de plantes médicinales et une liste de tisanes bio récoltées en sauvage, mûrement réfléchies pour traiter nos petits maux www.charlotteauxplantes.com



Formation en herboristerie, en juillet et août

Un jour, une vie. Chaque matin est un commencement. Chaque nuit, une petite mort. **Prendre soin d'aujourd'hui, c'est prendre au sérieux cet espace temps entre réveil matinal et sommeil nocturne.** C'est pouvoir lui donner de l'importance, pouvoir le vivre dans toute son épaisseur, sa profondeur. Sentir que dans chaque heure s'enracine l'heure suivante et que chaque jour colore le jour d'après. Cela suppose de traverser avec le plus de conscience possible la multitude de relations que nous tissons au quotidien avec le monde, avec les autres, avec nous-mêmes, pour tenter de desserrer l'étau de nos habitudes, défroisser les plis souvent pris à notre insu, ouvrir ce qui s'est fermé, verrouillé.

Le yoga constitue, bien sûr, un allié précieux pour avancer sur ce chemin.

<http://yogapariscentre.fr/accueil-cours-yoga-paris/>



Prendre soin d'aujourd'hui — Yoga, en juillet



Gîte de groupe,
Séjours à thèmes

Janvier
2016

Lettre d'infos

Que 2016 soit souriante

« Eteignons les téléviseurs » : la lune en bouche serait-elle devenue activiste d'extrême gauche? Aurait-elle versé dans le culte du passé ou le sectarisme? Rassurez-vous, nous avons les pieds sur terre, vivons pleinement dans le 21ème siècle, avec nos ambitions, nos envies, nos contradictions.

Mais franchement, croyez-vous que « amour, solidarité, émerveillement, mieux-être » soient des gros mots face à ceux déversés chaque jour : « guerre, exclusion, combat, individualisme, productivisme » ?

Que 2016 soit souriante et aimante donc.
C'est ce que nous nous (vous) souhaitons !

Eteignons les téléviseurs. Allumons la pensée. Illuminons notre émerveillement. Plongeons dans la lecture, l'écoute, le partage, la solidarité, l'humour, l'amitié, la bienveillance. Sauteons dans l'accueil de l'autre, la fête et la simplicité.

Gîte de groupe, vous avez dit ...

Même si nous maintiendrons quelques périodes d'accueil en chambre d'hôtes, nous avons maintenant sauté le pas vers la formule « gîte de groupes ». 7 chambres, 6 salles de bains, 15 lits, une salle de vie, une salle de formation, un petit étang alimenté par l'eau de la source, une lampée de convivialité, un zeste de simplicité, beaucoup de produits locaux, énormément de produits bio. Vous ne trouverez chez nous ni TV, ni piscine chlorée, ni couverts en argent ou verres en cristal. Nous vous offrons notre volonté de vivre bien, de bien dormir, une nourriture saine et goûteuse, de voir les étoiles, de savourer le calme, le clapotis de la rivière, de prendre un bol d'air pur aux effluves de pin sylvestre et de thym, pour un week-end, 5 jours, une semaine entre ami-e-s. Laissez-vous tenter !

Die, sous un autre angle

Même si le Diois nous offre des richesses humaines insoupçonnées, nous vivons dans une région assez pauvre économiquement. Et pourtant, Die était riche ... il y a quelques centaines d'années. Une belle vidéo du Parc du Vercors nous le rappelle.

http://vercorstv.wmaker.tv/Die-lieu-de-pouvoir_v980.html

Partagez nos recettes, nos stages, nos promotions, nos actus et photos

<https://www.facebook.com/laluneenbouche>



Semaine échange ?

Nous entamons la saison depuis 13 ans par une semaine de vacances-échange. En quelque sorte, nous avons inventé le wwoofing touristique ! L'idée est simple : on travaille (potager, zones fleuries, nouveau meuble, ...), on se balade, on fait du pain, on discute, on rit. Ensemble. En mars, du 13 au 20. C'est gratuit ! Il reste 2 places.

La lune en bouche
Fr. Bronchart et Jcl Mengoni
Rivière, 26150 St Andéol
+33(0)475.21 26 34
laluneenbouche@free.fr
www.laluneenbouche.com

Bienvenue en Drôme, territoire de douceur
entre Alpes et Provence

