



# 13e journée bien-être au naturel Montbrun les Bains



## Une rentrée verte et Zen

C'est le dimanche **1<sup>er</sup> septembre 2019** que se tiendra la 13<sup>ème</sup> journée **bien-être au naturel** de Montbrun les Bains, station thermale de la Drôme Provençale qui est aussi un des plus beaux villages de France.

Cette journée sur la thématique des plantes et du Bien-être offrira aux visiteurs de nombreuses **animations gratuites pour petits et grands**.

Au programme de cette 13<sup>ème</sup> édition les grands classiques avec une conférence du jardinier radiophonique Jean Yves Meignen, une matinée « portes ouvertes » aux Thermes de Montbrun, mais aussi une rando nature, balades en vélo à assistance électrique, de nombreux ateliers et conférences (Gi Gong) ainsi qu'un espace détente où il est possible de se faire masser ou discuter avec des professionnels du bien-être.



**Atelier éco-consommation et furoshiki par le CEDER**

**Pour les enfants, fabrication de pâte à modeler végétale et de bonbons vegan par l'Herbier à couleur.**

Les berges ombragées de l'Anary offriront un **espace de restauration** convivial où les visiteurs pourront déguster des produits originaux, sains et de qualité : Végan, végétarien, cuisines du monde.

Se tiendra également un grand **marché** pour dénicher des produits ou des prestations de qualité sur la thématique du bien-être, des plantes, du bio et des éco-produits, artisanat.

**Découvrez le programme et la suite en image...**



Office de Tourisme des Baronnies en Drôme Provençale,  
Bureau de Montbrun-les-Bains : 0475288249





# PROGRAMME 1er septembre

## Journée Bien-être au Naturel 2019



### Le Matin

- 9h30: Randonnée avec **Ventoux Passion Nature**
- 10h : Animation culinaire et botanique par **la Toque Sauvage**
- 10h : Conférence sur la respiration Holotropique suivie d'un atelier par **Doris Platz**
- 10h00 : Découverte du Gi Gong par **Alfea Création**
- 10h00 : Atelier créatif Offrande à l'arbre par **Pascale Medori**
- 10h00 : Atelier éco-consommation par le **CEDER**
- 10h00 : Fabrication de pâte à modeler végétale (enfant) avec **l'Herbier à couleur**
- 10h30 : Atelier de construction de meubles en palette avec **Fréd'organisation**
- 11h00 : atelier fabrication de nichoirs (enfant) avec **CARAPAT**
- 11h : Conférence « Permaculture : sans intrants au jardin » par **Jean-Yves Meignen**
- 9h30 à 12h00 : Portes Ouvertes aux **Thermes** avec des démos de soins modelages bien-être



**A MIDI : Concert Spontaki  
Restauration et buvette Bio**

### L'après Midi

- 14h00 : Conférence sur le Feng Shui avec **L'association Culture Feng Shui** : suivie d'un atelier
- 14h00 : Atelier furoshiki par le **CEDER**
- 14h00 : Atelier de construction de meubles en palette avec **Fréd'organisation**
- 14h00 : Conférence « Grâce au Zen Shiatsu, retrouver l'équilibre en douceur » suivie d'un atelier par **Stéphan Sallé-Pierret d'Au Cœur du Shiatsu**
- 14h00 : atelier bonbons vegan (enfant) par **L'herbier à couleur**
- 14h00 : Atelier automassage « entre vos mains » par **Emmanuelle Martin**
- 14h30 : Atelier avec la **Savonnerie en Provence**
- 15 h00 : Atelier fabrication de nichoirs (enfant) par **Carapat**
- 15h00 : Conférence sur «Hypnose et apprentissage de l'auto hypnose dans la gestion de la douleur» suivi d'un atelier par **Marion François**
- 15h00 : Démo Wutao suivie d'un atelier par **Merce Nebot et Cécile Chastang**
- 16h00: Conférence « Bien être-naître au sein de la famille, des mots positifs pour bien grandir » par **Emmanuelle Martin**
- 17h : Conférence « le Reiki entre mythe et réalité » par **Nicole Tenoux**



### Toute la journée

- Animation jardin du vent/cerf-volant par **Turbulence**
- Balade à vélo électrique avec **E cyclo** : 10h, 11h30,14h et 15h30
- Atelier La terre des lutins (enfant) et Atelier écoconstruction : ossature bois, ballots de paille et enduit de terre par **LESA**
- Stand d'informations du **CEDER**

**ET bien sûr le Marché thématique** : plantes, bien être, écoproduits avec plus d'une centaine d'exposants

**Toutes les animations sont gratuites, sauf indications contraires**

Office de Tourisme des Baronnies en Drôme Provençale,

Bureau de Montbrun-les-Bains : 0475288249



## La Journée Bien Etre au Naturel c'est....

### Un lieu propice à la détente au pied du Ventoux

La journée **Bien Etre au Naturel** se déroule dans un cadre propice à la détente. Au pied du village de Montbrun les Bains, classé parmi les plus beaux villages de France, le parc accueille exposants et visiteurs au calme.



Montbrun les Bains, au pied du Ventoux



Au cœur du parc



Un lieu calme et reposant

Office de Tourisme des Baronnies en Drôme Provençale,  
Bureau de Montbrun-les-Bains : 0475288249

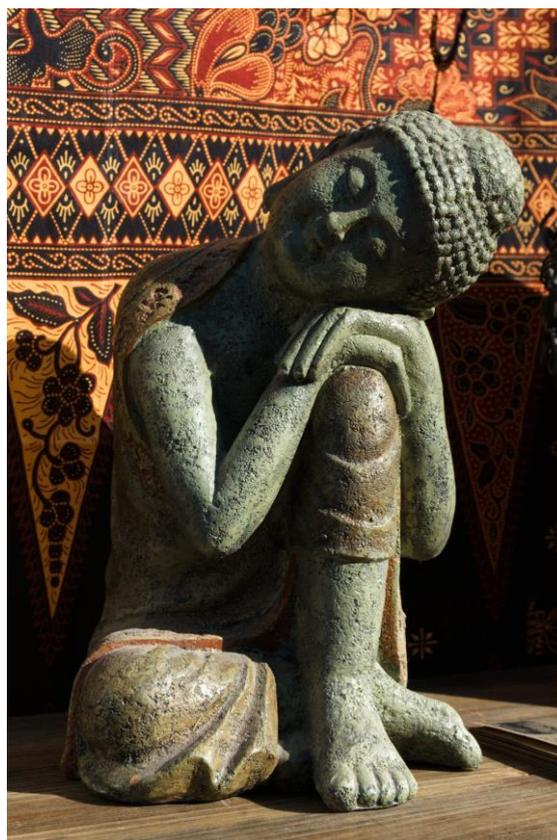


## Un espace détente

Cet espace est dédié aux massages et aux soins... Découvrez la réflexologie plantaire, kinésiologie, art thérapie, reiki, sophrologie fleurs de Bach, musicothérapie, sonothérapie, matha yoga, mais aussi des magnétiseurs énergéticiens, voyance, tarologie. Profitez-en pour vous faire masser : massages manoki, amma assis, réflexologie plantaire, shiatsu ...



Relaxation et méditation.



Office de Tourisme des Baronnies en Drôme Provençale,  
Bureau de Montbrun-les-Bains : 0475288249



## Un grand marché dans le parc

Une centaine d'exposants vous attendent : cosmétiques, huiles essentielles, déco bien-être, Eco construction, produits naturels, plantes...



Le marché où il fait bon flâner



Des produits naturels, plantes, cosmétiques...

Office de Tourisme des Baronnies en Drôme Provençale,  
Bureau de Montbrun-les-Bains : 0475288249



## Espace restauration ombragé

L'espace restauration le long des berges de l'Anary regroupe plusieurs stands de restauration : à base de plantes, bio, végétan, produits locaux et différents stands de boissons, glaces artisanales.



Un espace restauration ombragé et convivial



Office de Tourisme des Baronnies en Drôme Provençale,  
Bureau de Montbrun-les-Bains : 0475288249

