

# Être et bien-être

## Offrez vous une parenthèse bien-être durant votre séjour



### Les +

- Découverte de nouvelles pratiques naturelles
- Une approche en médecine traditionnelle chinoise et naturopathie
- Des moments de détente et de bien-être
- Découverte du vivant.
- Partage d'outils pour le quotidien

## Nos offres Eco-tourisme sur le Bocage Normand

### Bien-être et relaxation

Un instant de détente et de reconnexion

- Massage Tuina :
- Massage corps entier
- Massage crane
- Haut du corps ...
- Réflexologie plantaire

### Activité physique et nature

Je préserve et entretiens ma santé au naturel

- Balade nature, marches et qi gong
- Découvertes des plantes sauvages

### Des ateliers ~En collectif~

Un moment conviviale pour apprendre ensemble !

- Auto-massage (Do-In)
- Ateliers Naturo' : cuisine, DIY et à thème

Offres destinées aux lieux d'accueil et/ou à leurs clients

### Contact

CONTACT@MOULIN-NATUROPATHE.FR 06.35.11.05.97 | CONTACT@LECHEMINDEZOLELIE.FR 07.81.61.79.53

Moulin Mélissa  
Naturopathe - Iridologue - Réflexologue  
14760 Bretteville sur Odon



Julie Villain-Déjardin  
Soins traditionnels chinois  
14310 - Parfouru sur Odon

# TARIFS

## Massages bien être et relaxation

- Massage corps entier, allongé sur table
- Massage crane, et haut du corps, assis sur chaise
- Réflexologie plantaire

- Massage Tuina complet : visage/crâne, dos et jambes, pieds

- 5% / pers à partir de 2
- 10% / pers à partir de 4

**50 €/ personne** (60min)

**80 €/ personne** (90min)

## Des ateliers ~en collectif~

- Atelier auto-massage (do-in)

- Thématique naturo

- DIY 2 cosmétiques \*

- Atelier cuisine \* 1 préparation + découverte des jus de légumes

- Relaxation guidée

\*Matériel fourni

A partir de 6 personnes

**10 €/ personne** (45min)

**15 €/ personne** (60min)

**25 €/ personne** (60min)

**35 €/ personne** (2H)

**8 €/ personne** (30min)

## Activité physique et nature

- Balade nature, marches et Qi gong
- Découvertes des plantes sauvages

A partir de 6 personnes

**10 €/ personne / heure**

Organisation de journée complète sur devis

+Frais de déplacement