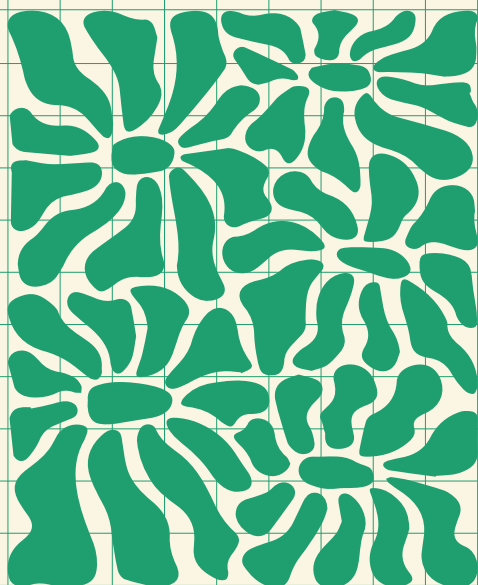


# Stage bien être à Ouessant !

tarifs  
2024



île d'Ouessant   
Séjours tricotés main

Stage à partir de  
611,70 € par personne \*  
pour 6 jours & 5 nuits  
sur l'île (au CEMO) !

OU

Week-end à partir de  
244,80 € par personne \*  
pour 3 jours & 2 nuits  
sur l'île (au CEMO) !

› Des ateliers cuisine diététique, des temps de marche au contact des éléments, des exercices de respiration, des apports sur la phytothérapie pour découvrir et expérimenter l'usage des plantes médicinales.

› Des entretiens individuels pour accompagner le changement et pouvoir mettre en pratique chez soi et inscrire tout cela durablement dans sa vie quotidienne.

› Des temps collectifs pour travailler sur la base de ce qui nous permet d'être vivant, à travers des moyens simples et naturels pour rester en bonne santé, ou pour améliorer notre santé.

« Sur quelques jours, s'offrir une parenthèse dans le quotidien pour prendre soin de soi. »

Se renseigner auprès de l'Office de  
Tourisme pour plus d'information.

\* Tarif pouvant évoluer suivant le nombre de participants