

# Week-end *Bien-être Hiver*

du 2 au 4 décembre 2022

Que vous ayez besoin d'échapper au stress quotidien ou de vous ressourcer pour l'année à venir, remettez votre bien être au coeur de vos préoccupations en vous offrant un week end cocooning dans un hébergement de prestige

## *Information*

---

### RÉSERVATIONS

#### Par téléphone :

Anne Merry  
+33 6 72 38 01 18

Nathalie Cara  
+33 7 66 38 78 67

#### Par internet :



#### Par mail :

bienrehautesalpes@gmail.com

### PROGRAMME

#### Activités Phyto/Aroma

- Confection d'une tisane immuno boost
- Confection d'un baume visage/peau sèche
- Favoriser le sommeil par l'olfactothérapie
- Présentation des plantes sauvages prévues aux repas
- Prendre soin de soi grâce aux plantes, les rituels d'hiver
- Les plantes utiles pour passer un hiver serein

#### Activités Massage

- Massage individualisé aux pierres chaudes

#### Activités Sauna/Bain norvégien

- Accès libre pendant les 2 jours

### TARIFS ET ORGANISATION

**473€ les 2 jours complets** (incluant les fournitures pour les ateliers plantes, l'accès libre au sauna et bain norvégien, les massages, les ateliers plantes)

- Les séjours bien-être sont organisés pour un minimum de 6 personnes, en l'absence d'un nombre d'inscrits suffisants, le séjour ne sera pas maintenu et les acomptes remboursés.
- En cas de non-présentation du participant à l'hôtel et en l'absence d'annulation au **5 novembre 2022**, le montant total de la réservation sera conservé ou réclamé si la réservation n'a pas encore été réglée en totalité.

### HÉBERGEMENT

« Maison «Amalka», Les Alberts/Montgenèvre  
Hébergement de Prestige : [www.maison-amalka.com](http://www.maison-amalka.com)

### FORMATRICES

Anne MERRY  
PRATICIENNE EN PHYTO-AROMATHÉRAPIE

Nathalie CARA  
PRATICIENNE MASSAGE BIEN-ÊTRE

# Week-end *Bien-être Hiver*

du 2 au 4 décembre 2022

Que vous ayez besoin d'échapper au stress quotidien ou de vous ressourcer pour l'année à venir, remettez votre bien être au coeur de vos préoccupations en vous offrant un week end cocooning dans un hébergement de prestige

## *Inscription*

Participant (contact principal) :

Accompagnant :

Nom : .....

Nom : .....

Prénom : .....

Prénom : .....

Adresse : .....

Adresse : .....

.....

.....

Téléphone : .....

Téléphone : .....

Email : .....

Email : .....

Fait à :

Signature du Participant à l'origine de l'inscription :

Le :

### TARIF & REGLEMENT

Tarif pension complète : **473 € par personne**

473 x .....(nb personnes) = ..... €

Votre participation sera **validée à réception du chèque d'acompte**, d'un montant de 150€ par inscrit.

Chèque à l'ordre de la « Maison Amalka » à envoyer par voie postale à :  
Anne MERRY - 3 rue Aspirant Jan - 05100 BRIANCON

Le reste des règlements se fera sur place de manière séparée pour les activités et les repas.