

UN TEMPS UN LIEU

Une parenthèse pour soi



Stanie DANIEL

+33 (0)6 14 61 26 72

+33 (0)5 53 56 67 27

untempsunlieu@gmail.com

Un Temps pour prendre soin de soi, se ressourcer toute l'année par de multiples pratiques :

Jeûne, détox, alimentation vivante, Yoga, randonnée, atelier créatif, séance de bols tibétains, méditation, Fleurs de Bach, aromathérapie, massage, sauna, piscine...

Un Lieu coupé de l'agitation du monde, construit avec des matériaux écologiques et nobles, meubles chinés, décoration sobre... L'espace est propice à l'écoute de soi.

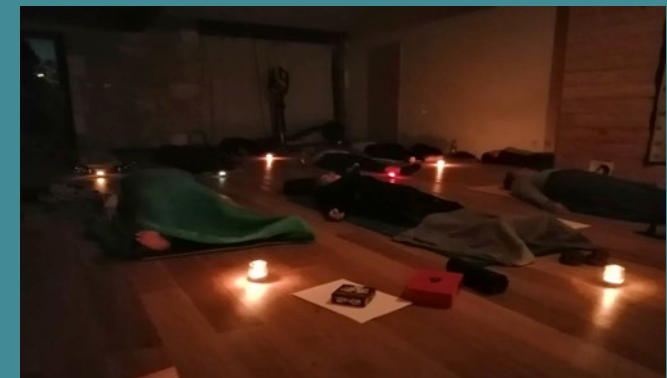
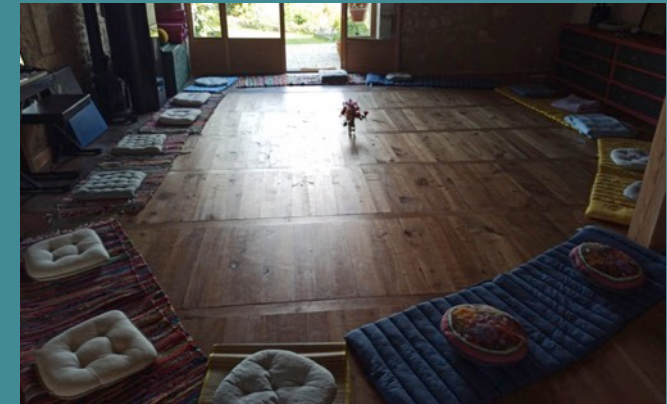
Plusieurs espaces de vie collective, de travail, de bien être et aussi de solitude sont aménagés, ici et là, dedans ou dehors.

LES ESPACES DE TRAVAIL

Une **belle pièce de vie de 50 m² lumineuse** offrant une hauteur cathédrale. Avec son **parquet massif**, cette pièce permet d'accueillir des groupes pour l'éveil corporel, la méditation, le théâtre, l'écriture, la causerie... autour du poêle, ou au soleil de la baie vitrée.

Une **salle à manger de 20 m² et un espace cuisine** sont aménagés dans l'ancienne étable.

Un **plateau de travail de 60 m², baie vitrée à l'Ouest** avec parquet massif dédié à vos pratiques.



LE GITE

8 chambres sont aménagées pour accueillir une à deux personnes selon les besoins et les demandes des stagiaires, soit un total de **12 à 14 couchages** possibles.

Au rez –de-chaussée:

- 1 chambre avec un lit double de 160 cm
- 1 chambre avec 2 lits de 90 cm
- 2 salles de douche
- 2 WC

Au premier niveau:

- 2 chambres avec 2 lits de 90 cm
- 1 chambre avec un lit de 160 cm
- 1 chambre avec 1 lit de 90 cm
- 1 WC
- 2 salles de douche

Au deuxième niveau:

- 1 chambre avec 1 lit de 140 cm
- 1 chambre avec 1 lit de 120 cm

L'ANNEXE

(5 COUCHAGES DE PLUS - OPTIONNEL)

Un dortoir avec 3 lits de 80 cm

Une salle de douche et wc

Une chambre avec un lit de 140 cm

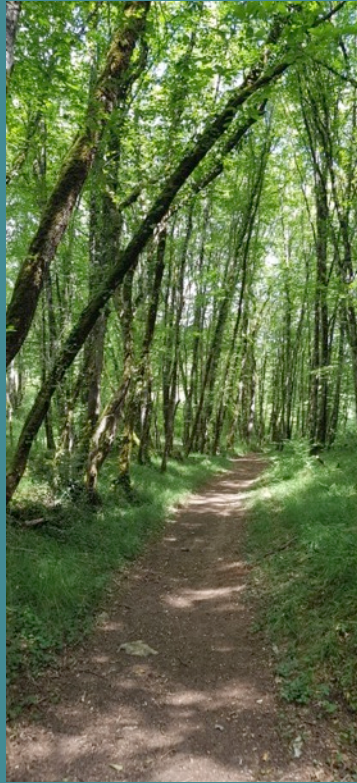


POUR LES TEMPS LIBRES

- Un sauna (4 places),
- Une salle de soins avec table de massage,
- Un vélo elliptique,
- Un piano droit,
- Piscine extérieure avec douche solaire ouverte toute l'année pour la pratique des bains froids après le sauna.

DIVERS

- 2 hectares de prés,
- Une Mare et ses grenouilles,
- Un verger et un potager,
- De la maison, il existe plusieurs départs de circuits de randonnées, en partie sous couvert forestier,
- Un parking d'une capacité de 10 voitures.
- Des chevaux, des poules, un chien, un chat.



RÈGLEMENT INTÉRIEUR

HEBERGEMENT

- La maison est un espace non fumeur
- Dans les chambres et étages, seuls sont autorisés les chaussons ou les pieds nus

PARTIES COMMUNES

- Chacun a la responsabilité d'assurer le bon ordre et la propreté dans les parties communes.

RESTAURATION

- Les occupants mettent en place et débarrassent les tables,
- Ils font eux-mêmes la vaisselle,
- Le petit déjeuner est à la charge de l'organisateur.



TARIFS SÉJOUR

Minimum 10 personnes, maximum 18

Arrivée 17h, départ 17h

HEBERGEMENT par personne
(taxe de séjour comprise 5%):

140 € TTC pour 2 nuits

46 € TTC par nuit supplémentaire

Journée supplémentaire sans nuitée : 30 euros par personne (8h-17h).

Les draps et le ménage de début et fin de séjour sont inclus.

Accès à l'ensemble des infrastructures.

Le logement dans une même chambre **d'un ou deux formateurs** est offert. En revanche, le repas est à charge.



RESTAURATION

37€ TTC par personne les 2 repas (midi et soir).

La cuisine, végétarienne et à la vapeur douce, est faite sur place. Nous utilisons des produits biologiques cultivés par nos soins ou par des producteurs locaux.

Thé et tisane sont à discrétion en journée.

OU GESTION LIBRE

70€ par jour pour la mise à disposition des équipements de cuisine et ses fluides.

L'eau pour la consommation est filtrée et osmosée .



ACCES

Arrivée en train :

- > Gare Angoulême Ligne TGV Paris-Bordeaux
- > Gare de Périgueux Ligne Toulouse-Limoges

Puis prendre le bus devant la gare

- > Gare Angoulême (direction Périgueux)
- > Gare de Périgueux (direction Angoulême)

Prix: 2,50 €

Arrêt: Vieux-Mareuil (ne pas confondre avec MAREUIL) puis 10' de voiture jusqu'au centre.

POUR LES HORAIRES DES BUS

[mybus ANGOULEME PERIGUEUX](#)

En voiture:

"Chez Jaille"

Léguillac-de-Cercles

24340 Mareuil en Périgord

(places de parking à disposition)



Rez-de-chaussée

1- La chambre du bas

- 1 lit de 160cm
- 1 salle de bain proche

2- Espaces communs

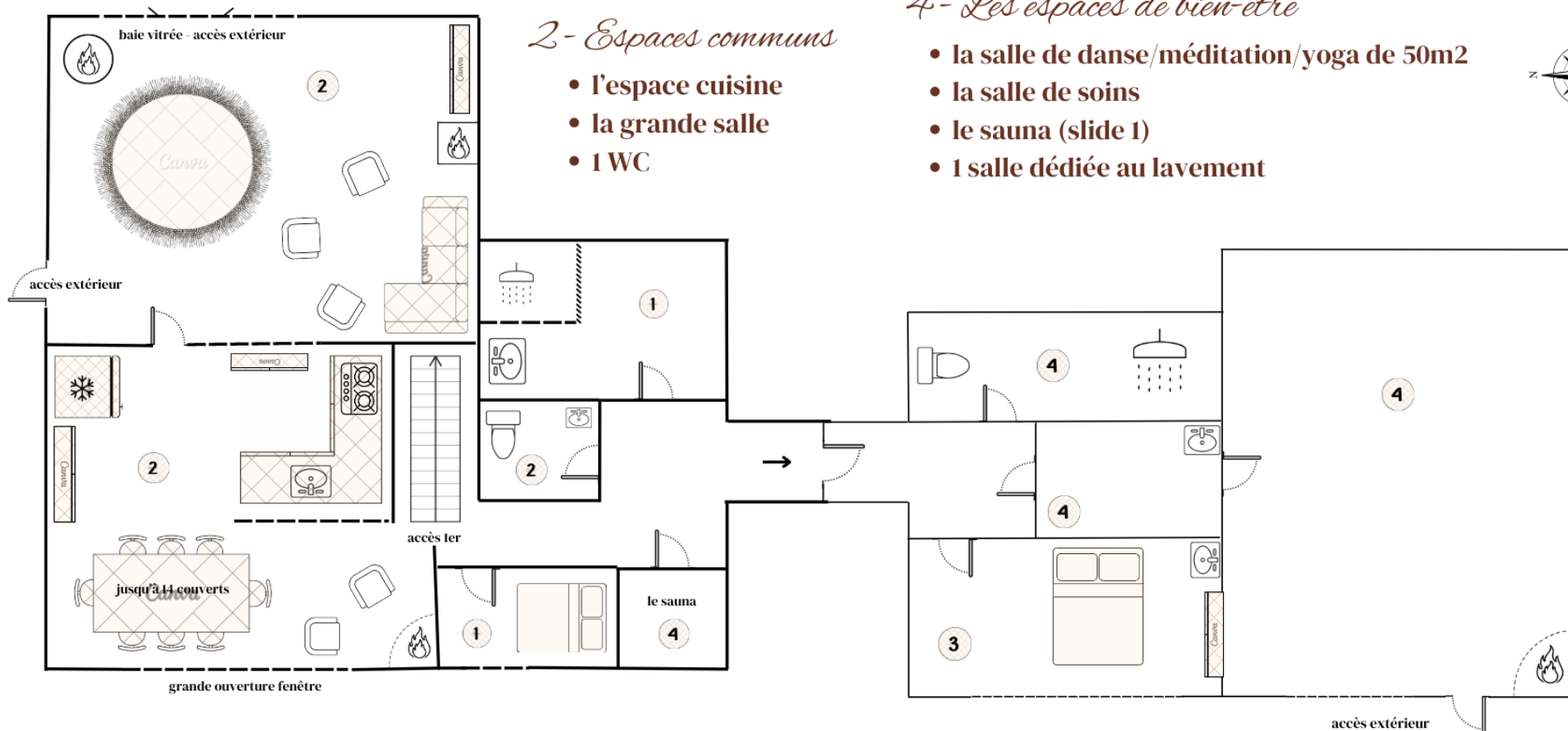
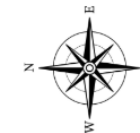
- l'espace cuisine
- la grande salle
- 1 WC

3- La chambre avec vue sur les champs

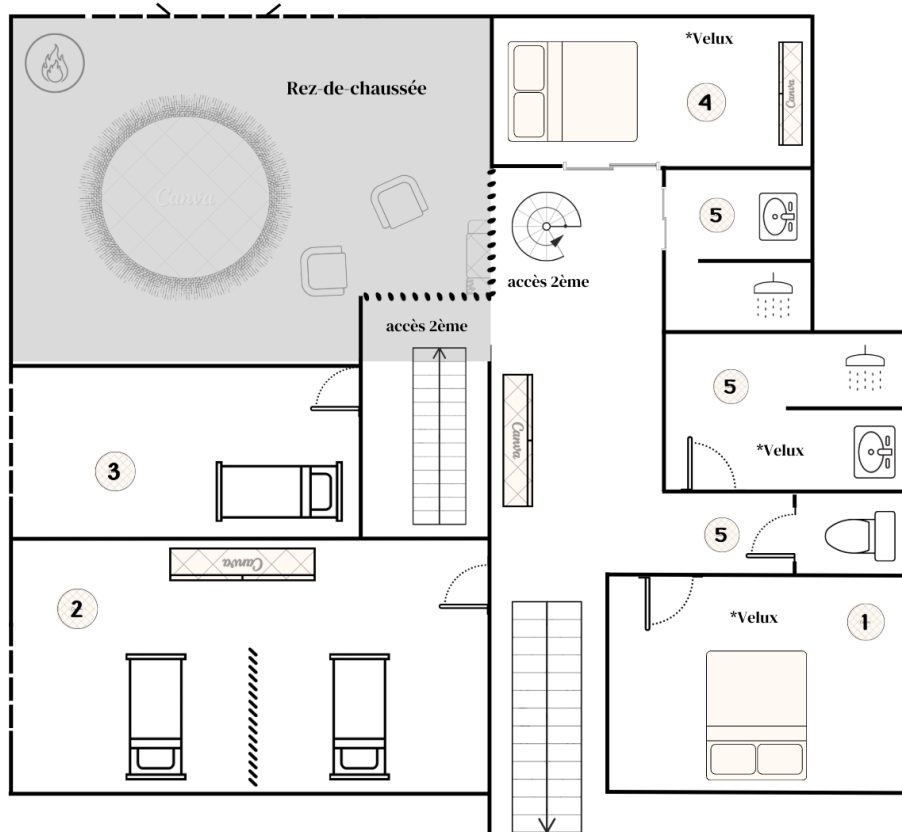
- 1 lit de 140cm

4- Les espaces de bien-être

- la salle de danse/méditation/yoga de 50m2
- la salle de soins
- le sauna (slide 1)
- 1 salle dédiée au lavement



Premier étage



1- La chambre double bleue

- 1 lit double de 180cm
- lits séparables en 2x90cm si besoin

2- La chambre partagée - vue piscine

- 2 lits simples de 90cm
- rideau de séparation

3- La chambre simple - vue piscine

- 1 lit simple de 90cm

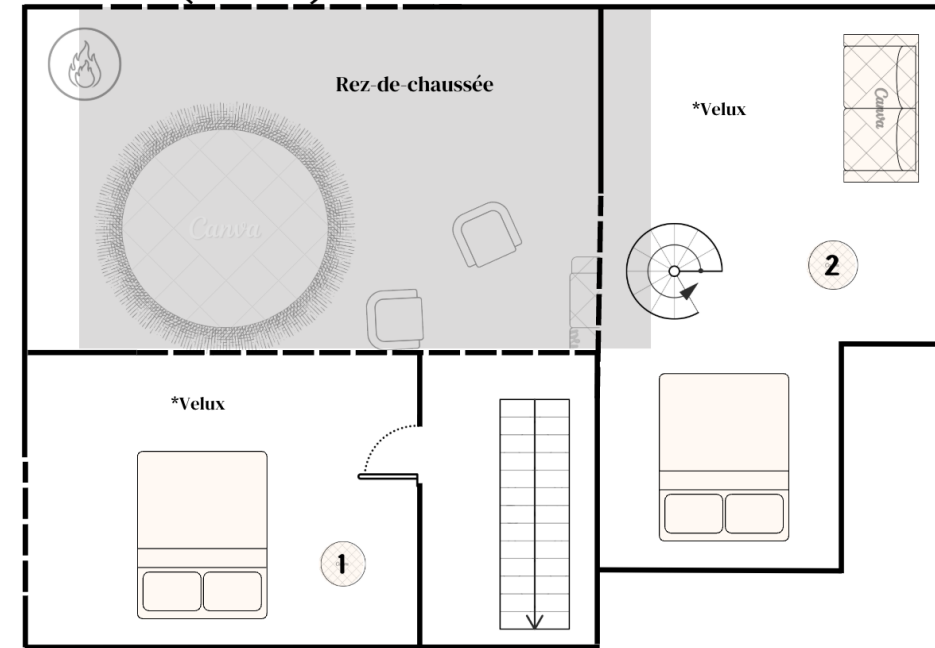
4- La chambre double en pierre

- 1 lit double de 180cm
- lits séparables en 2x90cm si besoin

5- Les espaces communs

- 2 douches à l'italienne
- 2 lavabos
- 1 WC à part des salles de bain

Deuxième étage sous comble



1- "La Chapelle"

- 1 lit double de 140cm

2- "La cheminée"

- 1 lit double de 120cm