

# Un Week-end pour se Reconnecter à Soi

**DU VENDREDI 26 AU DIMANCHE 28 JUIN 2026**

*Dans le cadre apaisant des Greniers de Vineuil, ce week-end est une invitation à ralentir, à écouter et à revenir à l'essentiel. Un temps suspendu pour se reconnecter à soi, à la nature et à ses ressentis, loin du rythme du quotidien.*



LOCAL • COOPÉRATIF • CITOYEN

**YOGA - AROMATHÉRAPIE - PLANTES SAUVAGES**

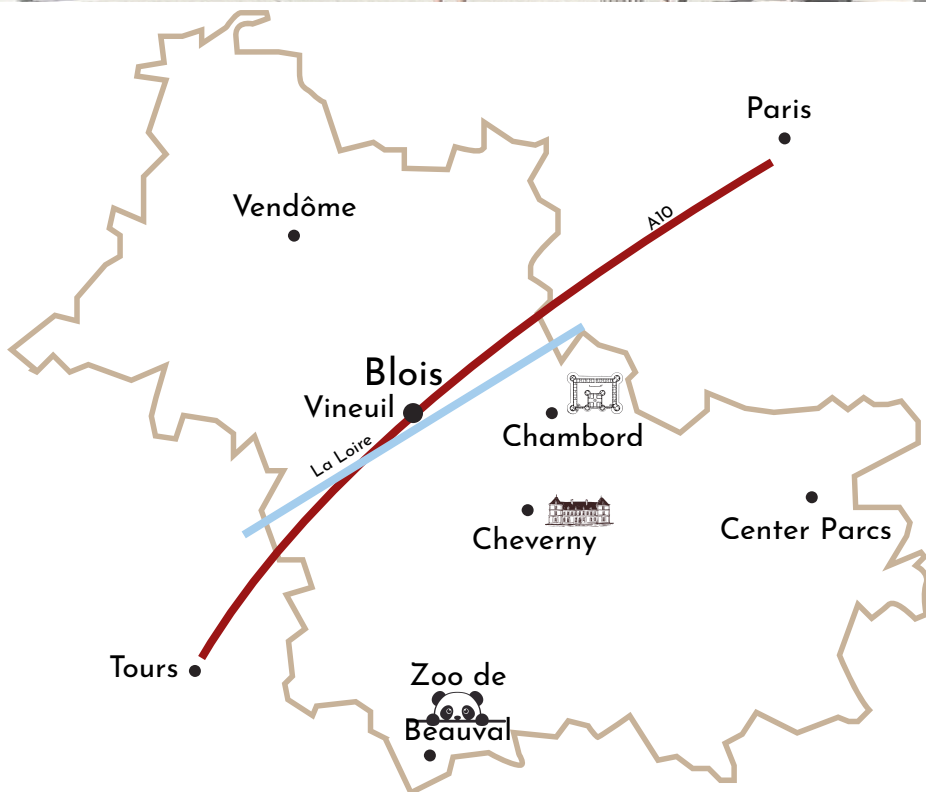
# Le lieu



Dans un cadre atypique mêlant le charme d'une bâtisse du XVIIème siècle à l'originalité d'un tiers-lieu coopératif et citoyen, Les Greniers de Vineuil offrent un cadre unique pour votre séjour. Situés au cœur des châteaux de la Loire et à deux pas de la Loire à vélo, Les Greniers de Vineuil allient l'authenticité au confort et offre à ses hôtes un environnement propice à la détente. Vous pourrez également découvrir la Galerie d'art et le restaurant le Quartier Gourmand, ainsi que notre programmation d'évènements.

[www.lesgreniersdevineuil.com](http://www.lesgreniersdevineuil.com)

# Le lieu



Situés aux portes de Blois, les Greniers de Vineuil bénéficient d'un accès particulièrement simple, même sans voiture.

## En train :

TER - Paris Austerlitz • Blois-Chambord : 1h20

TGV - Paris Montparnasse • Saint-Pierre-des-Corps : 1h

## En voiture :

Depuis l'aéroport Paris Charles de Gaulle : 2h15 (190km)

Depuis l'aéroport d'Orly : 1h50 (177 km)

De plus le lieu est un point de départ idéal pour découvrir les châteaux de la Loire – Chambord, Cheverny ou Chaumont-sur-Loire – accessibles facilement à vélo ou en transport.

# Programme

## Vendredi 26 Juin

16h - 17h : Arrivée et installation

17h-18h : Visite et découverte  
du Tiers-Lieu culturel et  
artisanal

18h30-19h45 : Apéritif  
convivial et Présentation du  
programme

20h30 : Dîner



## Samedi 27 Juin

8h-9h : Yoga du matin

9h-9h30 : Collation

9h30-11h30 : Atelier Yoga,  
composer sa routine du matin

11h30-13h30 : Brunch

14h-16h30 : Atelier Exploration de  
l'aromathérapie et découverte des  
huiles essentielles

17h-19h : Atelier cuisine sauvage,  
préparation d'un cocktail aux algues

19h : Dîner

20h30 : Soirée conviviale  
avec l'équipe des Greniers



## Dimanche 28 Juin

8h-9h : Pratique de yoga

9h-10h : Petit déjeuner

10h-12h30 : Sortie cueillette de  
plantes sauvages

Balade en nature, reconnaissance  
des plantes comestibles et  
médicinales, cueillette  
respectueuse

12h30-14h : Déjeuner

14h-15h30 : Clôture avec une  
séance de relaxation

16h : Temps d'échange sur les  
apprentissages et le séjour.  
Départ.

# Intervenantes

**CHARLOTTE LAURENTY**

**PROFESSEUR DE YOGA**

En 2021 j'ai eu la chance de me former au Yoga Intégral de Mère et Sri Aurobindo avec Amir et Karine Zacria (Shanti Yoga, Ayurveda & culture Indienne). Je chemine depuis plusieurs années sur cette voie de Transformation avec volonté, curiosité et amour. Je pratique et enseigne le Hatha Yoga. Traditionnellement, le Hatha Yoga peut être défini comme la voie de l'effort, de la discipline, de la persévérance. On passe par le corps, à travers différents exercices (pranayama, asana, méditation), pour trouver l'harmonie, l'équilibre et l'Unité en soi. « Ha » signifie « soleil » et « Tha » signifie « lune ». En ce sens, le Hatha Yoga est l'union des opposés, l'effacement de la dualité pour toucher à une Conscience plus vaste.

Mes cours sont ouverts à toutes, à tous et à tous les niveaux. Ne vous inquiétez pas de votre souplesse, venez simplement avec votre sourire, c'est le plus important !



**EMILIE**

**ART-THERAPEUTE**

Je m'appelle Emilie, installée en cabinet à Villerbon depuis 2018, j'exerce en tant que magnétiseur avec la volonté profonde d'accompagner chacun vers un mieux-être global, en tenant compte du corps, du mental et de l'énergie.

Animée par le désir de proposer une activité conventionnelle au même titre que la psychologie, j'ai repris mes études en 2022 afin de devenir art-thérapeute. Cette approche me permet d'ouvrir un nouvel espace d'expression et de libération (notamment par le chant puisque je suis chanteuse du groupe TOTem et auteure de textes), où la créativité devient un véritable outil de transformation intérieure.

Je me suis également formé(e) aux huiles essentielles pour une utilisation olfactive dans le parcours émotionnel. Les senteurs agissent comme des clés subtiles, facilitant l'accès aux émotions et soutenant leur libération en douceur. J'intègre aussi des techniques de massage inspirées de la réflexologie plantaire et palmaire (AROMATAO), afin de favoriser la détente, la circulation énergétique et de cibler le travail des schémas inconscients et ce, au rythme de chacun



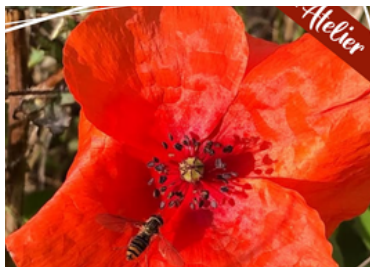
**CORINNE BUZIER**

**HERBALISTE**

Je suis Corinne, herbaliste, passionnée par les plantes sauvages comestibles, médicinales et toxiques. Formée en botanique, en phytothérapie (soin par les plantes) et en aromathérapie (huiles essentielles) pour transmettre les bienfaits des plantes et leurs usages au plus grand nombre.

Les plantes réclament une nécessité absolue de bien savoir les identifier pour les reconnaître facilement lors de cueillette et éliminer les dangers éventuels.

Ainsi, j'accompagne, avec toujours autant de plaisir, des groupes en "déambulation sauvage" à la découvertes des sauvageonnes locales !



# Informations

## TARIF

**Le tarif est de 370€ pour les 3 jours.**

Ce tarif comprend :

- L'hébergement en chambre double ou chambre individuelle
- La pension complète
- 1 atelier sur l'aromathérapie
- 3 cours de yoga
- 1 sortie cueillette de plantes sauvages
- 1 atelier cuisine
- 1 soirée avec l'équipe des Greniers
- 1 visite comentée du Tiers-Lieu

*Les personnes qui ne souhaitent pas être logées sur place, bénéficieront d'un tarif réduit :  
270€/personne pour les 3 jours.*

## ÉQUIPEMENT À PRÉVOIR

Veuillez apporter votre tapis de yoga.

## HÉBERGEMENT

Vous serez logé en chambre double, chaque chambre possédant sa salle de bain. Le linge de toilette et les draps sont fournis.

Si vous souhaitez une chambre individuelle, merci de nous le signaler, un supplément sera appliqué.

## REPAS

Nous confectionnerons des repas sains, végétariens et équilibrés à base de produits frais, locaux de saison et majoritairement biologiques.

Si vous avez un régime alimentaire spécifique, des allergies ou des intolérances, merci de nous le préciser lors de votre inscription, nous adapterons les menus dans la mesure du possible.

## TRANSPORT

Adresse : 118, route de Chambord 41350 Vineuil

Gare la plus proche : Blois

Si vous désirez co-voiturer, merci de nous l'indiquer. Une liste des conducteurs et des participants sera dressée avant le stage pour que le partage des voitures et les lieux de rendez-vous de départ s'organisent par mail.

# Renseignements & Inscription

Pour tout renseignement, vous pouvez nous contactez,  
greniersdevineuil@gmail.com - 09 88 41 88 01

Pour réserver, envoyez un mail aux Greniers de Vineuil, à l'adresse : greniersdevineuil@gmail.com  
en précisant le nombre de personnes et les noms des personnes que vous souhaitez inscrire.

Un acompte de 110 € vous sera demandé pour confirmer votre inscription.



LOCAL • COOPÉRATIF • CITOYEN

LES GRENIERSDE VINEUIL

118, ROUTE DE CHAMBORD 41350 VINEUIL

09 88 41 88 01

WWW.LESGRENIERSDEVINEUIL.COM

GRENIERSDEVINEUIL@GMAIL.COM



FACEBOOK - LES GRENIERS DE VINEUIL



INSTAGRAM - LES GRENIERS DE VINEUIL