



La Pierre Blanche

LE BIEN-ÊTRE QUALITÉ SUISSE

SI VOUS ASPIREZ AU DOUX ÉQUILIBRE DU CORPS ET DE L'ESPRIT, VOUS ÊTES AU BON ENDROIT ! UN SÉJOUR À LA PIERRE BLANCHE EST UNE PROMESSE DE RECONNEXION AVEC SOI, DE PARTAGE D'EXPÉRIENCES ET DE MIEUX-VIVRE.

PAR NICOLE KORCHIA

D'abord il y a le lieu, surprenant avec ses deux bâtiments qui se font face. Le premier est un château accueillant des salles de yoga, méditation et une cuisine où se déroulent des ateliers de nutrition. Le second aux allures contemporaines, alliant le bois et le verre, est une résidence hôtelière de standing attenante à un centre de soins. Tout autour, l'appel de la nature se ressent dans un immense parc-verger et un jardin de plantes médicinales. Là, en Suisse à Estavayer-le-Lac sur les bords du lac de Neuchâtel, il ne vous reste plus qu'à

partir à la recherche d'un meilleur équilibre de vie.

Comme en apesanteur dans cet environnement soyeux, vous voilà accompagnés, écoutés et guidés par des experts en médecines complémentaires, attentifs à votre mieux-être. Privilégiant une approche holistique visant à améliorer la connaissance de soi et acquérir de nouveaux réflexes, un séjour à La Pierre Blanche est une expérience unique dans un établissement pionnier en Europe. Que vous choisissiez un séjour detox, bien-être, capital santé, poids ou gestion du



stress, un programme de soins intégratifs avec accompagnement personnalisé, activités de partage en groupe et séances individuelles vous attendent, afin que vous deveniez un expert de votre santé, en totale harmonie corps et esprit.

En effet qui ne rêve pas d'une parenthèse pour se recentrer sur son essentiel, d'initiations à la détente et de conseils sur mesure ? À La Pierre Blanche on glisse d'une séance de qi gong, méditation ou yoga à une session d'aquagym en eau dynamisée régénérante ou de marche nordique. On lâche prise le temps d'un massage, d'un sauna ou d'un hammam. On participe à des ateliers culinaires, énergétiques, art-thérapie...

Et pourquoi ne pas découvrir aussi son potentiel d'auto guérison avec l'homéopathie et l'acupuncture ? Justement, un des points forts de cet établissement tourné vers le mieux-vivre est de proposer à la carte des activités additionnelles, coachings privés et rendez-vous avec des spécialistes de diverses disciplines naturelles.

Quels que soient ses besoins et ses aspirations, on repart d'un séjour Médical Wellness à La Pierre Blanche avec un carnet de bord remplis d'émotions, d'impressions et de rêves, une nouvelle énergie et surtout le sentiment d'un profond apaisement. Prêts pour une nouvelle vie ?

ON AIME AUSSI...

Les chambres élégantes et feutrées, le restaurant lumineux ouvert sur l'extérieur et sa délicieuse cuisine à tendance végétarienne, la somptueuse piscine couverte, le salon bibliothèque cosy, la salle de fitness, l'accès à la plage privée et la chapelle construite en 1830...

PLUS D'INFORMATIONS
www.lapierreblanche.ch