

# Atelier pleine nature Séjours adaptés

À 600 m d'altitude, au coeur du parc régional du Haut Languedoc nous accueillons les participants dans un cadre idyllique, pour une immersion totale dans un environnement naturel et sauvage.



## Pardailho

### Contexte

Créé par Meilie Hanke en 2007, l'élevage équin a obtenu le label Qualité Equidé dès 2009. Il s'étend sur 70 ha de lande, bois et prairie sur le Plateau de Pardailhan, pour une immersion dans une nature intacte et variée afin d'explorer un écosystème diversifié et peu impacté par l'Homme.

- Nous proposons un accueil journalier ou des séjours de 2 à 4 nuits avec hébergement et repas. Sous les tentes Lotus, les participants bénéficient d'un logement très agréable et confortable. Nous disposons de sanitaires, d'une roulotte cuisine, une aire de pique-nique et un espace de travail pour les chevaux
- Nous offrons des séances d'hippothérapie, des ateliers de poterie, musique, fabrication de pain avec cuisson dans un authentique four à pain et expériences sensorielles en pleine nature.
- Les participants découvrent la vie des chevaux dans leur milieu naturel. Ils observent le comportement du troupeau, apprennent à le décoder.
- Les participants abordent l'environnement agricole et intègrent les impératifs liés au respect de la nature et du comportement des animaux.



## Atelier Hippothérapie

- Meilie Hanke est diplômée d'état, éducatrice sportive agréée et hippothérapeute diplômée.
- L'Hippothérapie est un accompagnement thérapeutique avec le cheval qui offre une proximité physique et émotionnelle.
- C'est un travail sur la conscience corporelle et la motricité qui stimule la concentration et l'endurance.

## Activité Poterie

Pétrir, masser, colmater, caresser, réparer... La poterie encourage la créativité personnelle de chaque participant, elle renforce et stabilise ses capacités d'expression. Elle permet de découvrir la joie de créer, de se prendre en charge et développe la communication entre les participants.

## Atelier Pain

Faire son pain est une démarche très accessible et valorisante. C'est une action dynamisante. Les participants pétrissent ensemble dans un ancien pétrin et personnalisent leur pain, le goûtent après la cuisson au feu de bois, préparé et entretenu par tous.

## Atelier Musique

Entendre le son et sentir les vibrations du gong dans la vallée, faire résonner les djembés sur les flancs des collines, jouer de la harpe métallique ou du xylophone de bambous, les participants deviennent créateurs de sons et peuvent s'exprimer à travers les différents instruments dans la nature. Nous travaillons sur la gestuelle individuelle et la synergie du groupe.

## Atelier Sensoriel

Stimuler les sens au travers de différentes stations, installées sur le terrain. Les participants expérimentent leur équilibre et leurs différents sens: le toucher dans les pots à l'aveugle, la sensibilité plantaire sur un chemin à pied nu, l'odorat sur la station olfactive...

Au plaisir de partager ce lieu et ces ateliers avec vous !



Meilie Hanke

33 (0)6 50 08 73 98

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

Mas des Sables - 34460 Cessenon

Siret: 49532932800019

