

Que faire à l'écolien de Cab blanc ?

Contact

06 03 76 99 33

cablanc@orange.fr

workincablanc.fr





L'écolieu de Cablang

NOUS VOUS ACCUEILLONS DANS UN ENVIRONNEMENT AUTHENTIQUE AU CŒUR DE LA DORDOGNE POUR VOUS OFFRIR UN SÉJOUR RESSOURÇANT ET ÉTHIQUE.

Pour vivre l'expérience Cablang au maximum, nous vous invitons à participer aux **ateliers de la saison** ou à profiter de **soins** et de **rencontres** individuelles avec nos intervenants, n'hésitez pas à les contacter directement pour prendre RDV. Vous pourrez les découvrir dans les pages suivantes.

Ils pourront, à votre demande, vous proposer des ateliers sur mesure le temps de votre séjour: **découverte des plantes sauvages et médicinales**, **bain de forêt**, **massage énergétique ou réflexologie**, **séance de naturopathie**, **méditation à la pleine conscience ou méditation avec les animaux...**: autant de domaines que vous pourrez (re)découvrir à Cablang.

Si vous le souhaitez, venez partager le **quotidien** de la vie de notre **ferme** biologique, au jardin ou au verger, ou participer au **nourrissage des animaux** avec vos enfants.

La **Yourte** peut également être **mise à votre disposition toute l'année** si vous souhaitez y travailler ou y recevoir un soin, n'hésitez pas à la réserver !

Tous les soirs entre 17h et 18h, nourrissage des animaux, vous êtes les bienvenus !

Lors de notre installation à Cablang, nous avons **accueilli des animaux voués à une mort certaine**, nous engageant à en prendre soin durant toute leur vie. Aujourd'hui, ce sont des **animaux heureux, aimés, bien traités et bien nourris** ! Il s'agit d'un investissement certain, mais aussi d'un échange riche et fertile. Sur une **ferme permacole**, tout est en équilibre et tout est lié, les **animaux** ont un rôle très important (ils produisent du **fumier**, et dans leur territoire dédié, ils tondent **l'herbe**, empêchent la pousse d'arbre et ralentissent le développement des ronciers (entre autre..). Nous les nourrissons 2 fois par jour tous les matins vers et soirs. Vous êtes bienvenus si vous voulez les rencontrer (aux alentours de 17h).

SOYEZ LES BIENVENUS,
TOUTE L'ÉQUIPE DE L'ASSOCIATION DE L'ÉCOLIEU DE CABLANG VOUS ATTEND !

Contact : 06 03 76 99 33 cablang@orange.fr

workincablang.fr

Afin de profiter de notre
bel écolieu, merci
d'adhérer à l'association
en scannant ce QR code





L'écolieu de Cablanc

Cablanc est une petite ferme biologique qui respecte les fondements de l'agroécologie et le design de la permaculture.

Tourisme responsable et **développement durable** sont ici une réalité, où l'harmonie entre la nature et l'humain est constamment recherchée. Notre impact s'évertue à être positif au quotidien, au travers de nos actions et ce grâce à une utilisation intelligente des ressources locales.

Nous sommes tous et toutes des colibris*
(connaissez vous la légende?)

Chacun-e d'entre nous peut faire de petits changements chaque jour et sensibiliser ainsi les gens qui nous entourent. Nos habitudes de consommation, d'énergie, de divertissement... influencent le monde. **Tout est relié.**

*"Prendre soin de la Terre,
c'est prendre soin de soi"*

L'esprit de l'écolieu est de vous **encourager** -si ce n'est déjà fait!- lors de votre séjour, aux **économies d'énergies**, au **tri sélectif** des déchets, au **compostage**, au manger « **bio et local** » et à la **protection de notre environnement**.

Notre souhait est que vous repartiez en emmenant avec vous des **solutions simples et pratiques** que vous pourrez appliquer dans votre vie quotidienne (il n'est pas nécessaire d'acheter des poules ou de construire des toilettes sèches, même si ce serait formidable !)

QUI SOMMES-NOUS ?

Nous sommes **Véronique** et **Sébastien** les heureux imagineurs de Cablanc. C'est après un coup de foudre, des études en Belgique, un grand voyage en europe en camion rouge, cinq enfants et beaucoup de rencontres et de formations qu'est né Cablanc. Nous avons toujours été **intéressés par les enjeux environnementaux** et **passionnés par le monde paysan, l'écoconstruction et la connexion à la terre..**



Charpentier éco-constructeur, Sébastien a **restauré et construit** de ses mains la plupart des **bâtiments** de l'écolieu et Véronique, formée à **l'art thérapie** & à l'architecture organique a trouvé l'endroit rêvé pour exprimer et **expérimenter sa créativité**. Ici, tout est réfléchi et mis en œuvre afin de respecter la nature et de minimiser l'impact environnemental de nos activités.

Notre souhait ? Accueillir des personnes en quête d'une vie plus saine et plus consciente et qui veulent **vivre un séjour authentique et ressourçant** au cœur d'un écolieu.



BIENVENUE !

workincablanc.fr



L'écolieu de Cablanc

Notre maison écologique : Le Gîte Pourpre

En arrivant en Dordogne il y a vingt ans, nous avons construit notre première maison. **Située à 2 km de l'écolieu**, sur la commune de Couture, ce premier chez-nous fut un incroyable terrain d'exploration de **l'habitat écologique**, isolation avec du liège, bardage bois en mélèze, autonomie électrique grâce aux panneaux solaires, toilette sèche... Nous avons privilégié au maximum l'utilisation de matériaux locaux - bois, terre, chaux, paille, tomates - ont été fabriqués et récoltés dans un périmètre de moins de 50km.



Retrouvez toutes les informations de
notre gîte écologique sur
notre site internet le-gite-pourpre.com

Les locataires du gîte pourpre sont
les bienvenus à l'écolieu à l'heure
des animaux pour participer au
nourrissage, profiter des ateliers
ou même venir travailler
dans notre belle Yourte, espace de
co-working.

NOS ENGAGEMENTS



Manger local et bio

Les produits de la ferme sont certifiés AB par Ecocert. Vous pouvez déguster tous nos produits confectionnés à la ferme par nos soins



Eco-construction

Les bâtiments communs et privés sont construits de façon durable, avec des matériaux écologiques, locaux et recyclables en fin de vie (ex : terre, bois, chaux de st Astier, paille) pour un impact minimal sur notre environnement.



Ec'eau responsable

Économie de l'eau en utilisant avec conscience cette précieuse ressource (douches, arrosage) et en utilisant les WC secs. Nous avons créé plusieurs mares de récupération d'eau de pluie pour préserver et encourager la biodiversité sur l'écolieu.



Zéro phyto

Aucun désherbant chimique ni phytosanitaire sur l'écolieu. Nous utilisons « l'huile de coude » et le paillage pour limiter les adventices ! Ce sont nos animaux qui fertilisent et entretiennent le lieu grâce à leur pâturage et leurs crottins.



Tri sélectif

Les différents types de poubelles vous permettent de faire le tri sélectif : les poubelles à verre, les poubelles jaunes pour le recyclage et le compostage des matières organiques, il restera donc très peu à jeter dans les poubelles noires finalement !



Énergies

L'écolieu est équipé de panneaux solaires qui garantissent une autonomie électrique partielle. L'eau des sanitaires et de la cuisine est chauffée par le soleil, ceci grâce au chauffe-eau solaire. Nous cuisinons parfois au four à bois et au four solaire.



Eco-entretien

L'utilisation de produits ménagers écologiques et fabriqués par nos soins est privilégiée pour l'entretien.



Zone blanche

En limitant votre consommation sur les ordinateurs et les portables pendant votre séjour, vous impactez positivement sur la planète ses ressources et sur votre propre santé. Le point WIFI disponible à la yourte est fermée la nuit pour un sommeil sans ondes.

**Merci de ne pas nourrir les animaux, cela modifie leur régime alimentaire et peut même leur être fatal.
Fumeurs, pensez à prévoir un cendrier de poche.**

Retrouvez notre
charte bienveillante
sur notre site internet
cablanc.com



L'écolieu de Cablanc

Envie de consommer bio et local pendant votre séjour ?
De vous offrir un petit plaisir et de ramener un souvenir
de vos vacances dans le Périgord ?

La Ferme de Cablanc est un lieu expérimental, au croisement des pratiques agroécologiques : **permaculture**, **arboriculture fruitière**, **agroforesterie** s'entremêlent pour créer une agriculture où l'habitat permacole (exploré dans toutes ses dimensions sur l'écolieu) **favorise la biodiversité**, la fertilité et la bonne gestion des ressources.

Nous récoltons **chaque année des centaines de kilos de fruits du verger** (mirabelles, cerises, figues...) et de petits fruits (cassis, mûres, groseilles...), ainsi que plusieurs variétés de plantes aromatiques qui peuvent entrer dans la composition de nos **délicieux sorbets**.

Depuis 12 ans, nous travaillons pour une **agriculture du vivant** en rupture avec le modèle agricole dominant. Notre ambition est de participer à l'élaboration d'un autre rapport à la terre dans la manière de la cultiver.



Retrouvez à la vente, nos délicieux coulis de fruits rouges, compotes, confitures & sorbets... !



Confiture Fruits Rouges	240gr	5€
Sirop Fruits Rouges	250ml	6,20€
Coulis Fruits Rouges	250ml 500ml	5€ 8,50€
Compote Pommes Mûres Prunes	370gr 710gr	4,70€ 7,70€
Compote Pommes Prunes Fruits Rouges	370gr 710gr	4,70€ 7,70€
Compote Pommes Prunes Mirabelles	700gr	7€
Velouté de Courgettes	1 litre	5€
Jus de pomme fermier	1 litre	4,50€



L'écolien de Cablanc



Marie Michelet

ETHNOBOTANISTE

06 83 38 99 60
contact@esperiment.fr

Marie est une passionnante **exploratrice du monde végétal et invisible**. Elle se fera une joie de partager ses connaissances et de vous faire vivre des expériences inoubliables.

Le temps d'un atelier, elle vous guidera vers une **reconnexion vivifiante au monde végétal et à vous même...**

La Richesse des plantes sauvages, médicinales & comestibles

Découvrez les plantes sauvages et apprenez à les identifier. Des usages anciens aux savoirs nouveaux, les plantes sauvages accompagnent votre santé, votre bien-être et s'invitent aussi dans vos menus.

Bain de forêt ou shirin-yoku ou sylvothérapie

Le bain de forêt est une pratique très ancienne, connue aussi sous le nom de « forest medicine ». Elle permet de rééquilibrer l'organisme au niveau mental, émotionnel et physique grâce à une reconnexion profonde avec les arbres de la forêt.

Entretiens personnalisés:

Oracle des Plantes : 40min / 40€

Choisissez votre Oracle : Plantes & Astrologie, Oracle de Brocéliande, Esprits de la Forêt, Découverte intérieure..., et posez lui votre question personnelle. Vous recevrez immédiatement les conseils de l'Oracle.

Énergétique et Chemin de vie : 1h / 60€

Elaborer sa carte de vie pour mieux la comprendre, en devenir l'auteur conscient et choisir son chemin.

Tarif forfaitaire pour
1 atelier, 90€.

2 ateliers dans la même
journée : 150 €.

Venez de 1 à 8
personnes.

La carte complète des Ateliers de Marie sur <https://esperiment.fr>

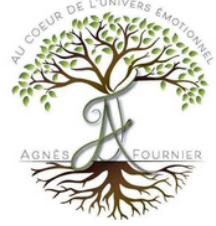


L'écolien de Cablanc



Agnès Fournier

REFLEXOLOGUE



06 21 58 85 27
contact@esperiment.fr

Réflexologue aux mains d'or, Agnès est une personne généreuse et engagée. Elle se consacre à l'**accompagnement et au bien être**. Grâce au développement de sa technique de **réflexologie plantaire** et **faciale**, elle réveille le processus d'**auto guérison du corps** et soulage les douleurs et le stress. Son champ de pratiques multiples vous permettra de retrouver un bel **équilibre** dans votre vie.

FAITES VOUS CHOUCHOUTER PAR AGNÈS !

Réflexologie plantaire (45min) : 50€

Technique de **digitopression** exercée sur des zones réflexes du **pied** en fonction d'un protocole personnalisé afin de retrouver un bel équilibre

Réflexologie faciale (30min) : 37€

Mouvements de **relaxation** au niveau du **visage** et travail sur des points réflexes en fonction de la problématique de la personne (détente, migraines, douleurs, troubles digestifs, insomnies)

Harmonisation de la personne (1h15) : 70€

Recherches énergétiques, travail sur les blocages, mémoires transgénérationnelles, blessures de l'âme

Réflexologie faciale et plantaire (1h) : 70€

Travail sur des zones ou points réflexes au niveau du visage et des pieds afin de rééquilibrer la personne en fonction d'un protocole personnalisé (anxiété, stress, troubles du sommeil, douleurs, migraines ou tout simplement pour un bon moment de détente)

Pour plus d'informations
n'hésitez pas à vous rendre
sur son site internet :
agnesfournier.com

Entretien Feng Shui (1h) : 50€

Conseils autour votre **habitat**, circulation de l'énergie, désencombrement, développement des différents domaines de vie ...



L'écolien de Cablanc



Céline Borderie

NATUROPATHE

06 87 50 45 63

borderieceline0907@gmail.com

PRÊT À RÉTABLIR L'ÉQUILIBRE NATUREL DE VOTRE CORPS ?
RENCONTREZ CÉLINE, NATUROPATHE, SUR LE CHEMIN DU BIEN-ÊTRE !

Céline est convaincue du **pouvoir d'autorégulation du corps**. Elle vous guidera vers un **bien-être** complet, tant physique que mental. Avec une **approche holistique**, elle considère chaque individu dans sa globalité, en mettant l'accent sur **l'alimentation**, **l'activité physique** et **l'équilibre émotionnel**. À travers des méthodes naturelles telles que l'aromathérapie et la phytothérapie, elle vous aide à prévenir les maladies et à vous épanouir pleinement.

Prix libre

LA NATUROPATHIE, QU'EST-CE QUE C'EST ?

Pour plus
d'informations et pour
un RDV n'hésitez pas
à joindre Céline
directement

La **naturopathie** est une pratique de soin qui **accompagne** chaque personne désireuse de **rééquilibrer son hygiène de vie et sa vitalité**. Elle s'appuie sur trois piliers: l'alimentation, l'activité physique et la gestion des émotions. Le naturopathe conseille les personnes et peuvent utiliser en complément certaines techniques naturelles telles que des techniques de respiration, l'aromathérapie ou encore la phytothérapie.

Retrouvez Céline et ses conseils sur sa page Instagram @celine_naturellement



L'écolieu de Cablanco



Méliandre Rayer

ENSEIGNANTE D'ÉQUITATION
ÉTHOLOGIQUE POSITIVE

06 29 73 24 76

contactethologik@gmail.com

Amoureuse de la nature et des animaux, Méliandre est **enseignante itinérante** et **comportementaliste équin et canin** avec plus de 30 ans d'expérience dans le monde du cheval. Elle aide à **(re)créer une relation de confiance mutuelle** et de **coopération** avec votre animal grâce à l'équitation éthologique positive, l'éducation coopérative équine et canine ou bien la rééducation en renforcement positif. Vous pourrez également vous initier à la **méditation avec les animaux** afin de se connecter à eux à travers différents exercices de respiration, du Qi-Gong ou encore du Yoga.

Education positive et coopérative

Pour apprendre à communiquer avec lui autrement, en utilisant des outils d'éducation positive comme le Clicker Training, d'éthologie scientifique, et de gestion des émotions.

Méditation animale en séance individuelle ou collective

Présentation, observation des animaux dans leur milieu, exercices de respiration, Qi-Gong et Yoga pour se ressourcer auprès d'eux, et méditation de pleine conscience pour se connecter à eux.

Travail en renforcement positif

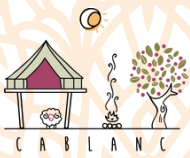
Travail en fonction des besoins et des spécificités de ton animal (cheval, chien poney, âne).

Stage de Clicker Training

Théorie du renforcement positif, jeux de rôle, exercices de respiration, Qi-Gong et Yoga pour se centrer, et initiation avec les animaux.

Pour un devis sur mesure, et pour un RDV n'hésitez pas à vous rendre sur son site internet :
ethologik.fr

Il est possible de réaliser ces séances avec les animaux de l'écolieu



L'écolien de Cablanc

Stan Verspick



ACCOMPAGNANT À LA MÉDITATION EN PLEINE
CONSCIENCE, MUSICIEN ET CHANTEUR

06 63 28 32 34

Stan, méditant chevronné et adepte de la vie en ashram, vous accompagnera pour une **méditation en pleine conscience** afin de vous ancrer dans le moment présent en étant attentif à ce qui se déroule en vous et autour de vous, sans jugement ni réaction. Cette **conscience de l'instant** favorise un état mental **apaisé** enclin à **abaisser le niveau de stress**. Un outil pour la vie !

Séance de méditation (1h30) : à partir de
40€/personne

Matt Evans

SONOTHÉRAPEUTE, ARTISTE MUSICIEN ET
CHANTEUR

06 31 01 70 16

Site web : sonotherapie24.wordpress.com



Inspiré par de nombreuses cultures africaines et orientales, Matt vous propose d'incroyables **voyages sonores**. Vous serez traversé par les vibrations puissantes des bols chantants, du tambour et la douceur des carillons. Un moment hors du temps, pour **prendre soin de vous et de votre musique intérieure**.

Pour plus d'informations
et pour un RDV n'hésitez pas
à contacter Stan et Matt
prix dégressif si groupe

Voyage sonore (1h) : à partir de 50€



L'écolien de Cablanc

Dégustez des vins biologiques d'exception !

Nous sommes sur une **terre de Vignobles** en grande majorité **Bio** à Saussignac. Cette appellation confidentielle mais incontournable se situe au Sud-Ouest de Bergerac, dans le prolongement des coteaux de Monbazillac. Saussignac compte environ une quinzaine de producteurs dont une grande partie en Agriculture Biologique. Vous pouvez organiser une **visite de chai** chez nos voisins et amis vigneron, suivie d'une **dégustation**.

Vous pourrez repartir avec de délicieux vins si vous le souhaitez.



Chateau Le Pré Vert
Razac-de-Saussignac
06 12 30 46 25
contact@chateauprevert.com



Chateau feely
Saussignac
chateaufeely.com
06 35 93 31 88
caro.feely@chateaufeely.com



Chateau Grinou
Monestier
chateau-grinou.com
05 53 58 46 63

DÉGUSTEZ CES VINS
EXQUIS, NATURELS,
ORIGINAUX !

100 % local

Pensez à prendre RDV
directement !

workincablanc.fr