Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par Mireille Hurlin le 4 mars 2026

S’offrir une parenthèse bien-être à Loriol-du-Comtat

Les 28 et 29 mars 2026, les Wellness Days réunissent à Loriol-du-Comtat une quinzaine de participantes pour deux jours de retraite immersive mêlant yoga, soins holistiques et alimentation consciente. À l’initiative de la professeure de yoga Laurence Guinand, l’événement propose une pause structurée dans un quotidien saturé d’injonctions et d’accélération.

Parce que le bien-être n’est plus un luxe mais une préoccupation sociétale majeure, la Provence voit fleurir retraites et séjours dédiés à la reconnexion à soi. Selon les données d’Atout France, le tourisme de bien-être connaît une progression constante, porté par une demande croissante d’expériences immersives associant nature, santé et développement personnel. C’est dans cette dynamique que s’inscrivent les Wellness Days, organisés à Loriol-du-Comtat par Laurence Guinand.

Pour un mieux-être global

Professeure de yoga et sonothérapeute, cette professionnelle des soins holistiques accompagne depuis plusieurs années un public majoritairement féminin vers un mieux-être global fondé sur le mouvement, la respiration et le son. Son ambition : créer un espace sécurisant où ralentir devient possible.

Ecrit par Mireille Hurlin le 4 mars 2026

Pour toujours en savoir plus, lisez **www.echodumardi.com**, le seul média économique 100% Vaucluse habilité à publier les annonces légales, les appels d'offres et les ventes aux enchères !

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par Mireille Hurlin le 4 mars 2026

DR

Une immersion holistique
Le programme s'articule autour de pratiques complémentaires : séances de yoga (ancrage, mobilité douce, respiration), voyages sonores et bains vibratoires, drainage du visage, réflexologie plantaire, tirage de cartes intuitif. Chaque atelier agit sur un registre distinct : physique, émotionnel, énergétique, selon une approche holistique, qui considère la personne dans sa globalité.

Aux petits soins
Laurence Guinand s'est entourée de trois intervenantes aux expertises ciblées : Aurélie Devèze, spécialiste du drainage facial, technique issue des méthodes lymphatiques visant à relancer les fluides et à détendre les traits ; Astrid Jourdan, praticienne en guidance intuitive et Véronique Lecerf, réflexologue plantaire, discipline reconnue pour stimuler certaines zones réflexes du pied correspondant aux organes du corps.

Un lieu où se poser
La retraite se déroule dans une maison nichée à Loriol-du-Comtat, au cœur d'un paysage baigné de lumière. Jardins arborés, piscine et espaces intérieurs chaleureux composent un environnement pensé pour soutenir la détente. Les repas, conçus comme partie intégrante du programme, privilégient une cuisine élaborée à partir de produits frais, recettes équilibrées, avec une attention portée à la digestion et à l'énergie. L'alimentation devient ici un rituel à part entière, prolongeant les pratiques corporelles.

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839
Pour toujours en savoir plus, lisez **www.echodumardi.com**, le seul média économique 100% Vaucluse habilité à publier les annonces légales, les appels d'offres et les ventes aux enchères !

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par Mireille Hurlin le 4 mars 2026

Ecrit par Mireille Hurlin le 4 mars 2026

DR

Une tendance de fond

La proposition de retraites bien-être répondent aux attentes de quête de sens, de besoin de ralentissement, de désir de communautés temporaires. En Provence, territoire historiquement associé à la lumière, aux paysages et à l’art de vivre, ces initiatives trouvent un terrain particulièrement favorable. Plus qu’un simple week-end détente, l’événement revendique une intention : permettre à chacune de “se reconnecter à ses besoins profonds”.

Les infos pratiques

Wellness Days in Provence. Du vendredi 27 mars 2026 à 18h au dimanche 29 mars 2026 à 17h. 1711, route de Carpentras à Loriol-du-Comtat. 450€ le week-end (225 € la journée). Capacité : 15 participantes maximum. Réservations : 06 25 49 39 10 contact@laurenceguinand.com

Mireille Hurlin

Pour toujours en savoir plus, lisez **www.echodumardi.com**, le seul média économique 100% Vaucluse habilité à publier les annonces légales, les appels d'offres et les ventes aux enchères !

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par Mireille Hurlin le 4 mars 2026

DR

Pour toujours en savoir plus, lisez **www.echodumardi.com**, le seul média économique 100% Vaucluse habilité à publier les annonces légales, les appels d'offres et les ventes aux enchères !