

De prachtige blauwe lucht,

de veelvuldige zonschijn en het gekwetter van de vogels kondigen de komst van de lente aan. Een periode waar we naar uitgekeken hebben, zeker nu we vanaf half maart eindelijk weer nagenoeg zonder beperkingen kunnen leven. Vanaf begin april, als de koolzaadvelden in bloei komen, gaan wij weer gasten ontvangen. Bent u van plan om naar Sainte Anne te komen dan kunt u een los verblijf boeken of één van onze arrangementen.

Champagne-Bourgogne reis

Tijdens het seizoen van 2021 hebben we veel gasten mogen ontvangen voor het Champagne-Bourgogne arrangement. Een reis waarin we onze krachten bundelen met Annemiek en Ruud. Zij runnen Manoir Bonpassage, een sfeervol, kleinschalig hotel in de Bourgogne. Anders dan onze chambres d'hôtes en juist daardoor zo'n unieke combinatie. Behalve verschillen zijn er ook overeenkomsten zoals de gastvrijheid, genieten van eerlijk eten en uiteraard wijnen en champagnes proeven in een fantastische omgeving met een rijke cultuur en geschiedenis.

Een 7- of 9-daagse reis voor de echte levensgenieter waarin u kennismakt met beide landstreken. Op en top genieten! Op onze website vindt u onder 'aanbod' alle informatie.



Wachten op de koolzaadvelden

Naast de mogelijkheid voor een toeristisch verblijf hebben we vanaf dit seizoen ook een ander aanbod. Verblijft u bij ons en wilt u meer weten over anders koken of ervaren wat Tangram meditatie met u doet, dan bent u bij ons ook aan het juiste adres.

Wat eten we vandaag?

Heeft u al vaker bij ons geloged, dan heeft u ongetwijfeld al kennis gemaakt met onze keuken. Maaltijden waarin groenten centraal staan. En dat is allesbehalve saai. We proberen onze gasten daar dagelijks mee te verrassen.

Gérard heeft inmiddels het diploma orthomoleculair voeding behaald. Een logische vervolgstap op zijn opleiding tot voedingsdeskundige. Behalve een lekkere en smaakvolle

Chambres d'hôtes Sainte Anne



maaltijd bereiden, kan hij ook uitleg geven over wat voeding met je doet.

Via kookworkshops gaan we recepten ontdekken, ervaringen uitwisselen, nieuwe inspiratie opdoen en komt u meer te weten over wat voeding voor ons lichaam betekent. En natuurlijk eten we de gerechten samen gezellig op.



Papillon staat voor transformatie

Meditatie

De afgelopen winter hebben we niet stil gezeten. Carol heeft in februari haar Franstalige opleiding tot Tangram meditatie coach afgerond en is daarmee gecertificeerd om les te geven. Tangram is een stille meditatievorm die niet verbonden is aan een religie of stroming en aangepast aan onze Westerse wereld.

Wie geïnteresseerd is kan in Sainte Anne deelnemen aan meditatiesessies. Daarnaast verzorgt Carol vanaf april online meditatiesessies via Google Meet.

Papillon

Het aanbod 'meditatie' en 'gezonde voeding' gaan we voeren onder de naam Papillon. De informatie over kookworkshops en meditatiesessie is te vinden op onze website onder 'aanbod'. Binnenkort vindt u daar ook een speciaal 'Papillon arrangement'.



Carol & Gérard

5 Rue de la Fontaine, 10360 Cunfin, France
T 00 31 6 27 10 73 50 (NL) / 00 33 25 38 65 59 (FR)

info@sainteanneaube.com
www.sainteanneaube.com

Nieuwsbrief maart 2022

www.sainteanneaube.com