Nature Immersion
BY NICOLAS GUITTON

L'ÉCURIE DE L'ÉTALA

Le Chalet d'alpage de la Ferme Equi'table des Monts Jura

« Immersion éco-responsable et régénérative au cœur des Monts Jura »

Située à 1300 m d'altitude dans un écrin de 15 hectares de forêt et de pâturages, **l'Ecurie de l'Etala** est plus qu'un chalet d'alpage en zone Natura 2000 pour les randonneurs amoureux de la nature.
C'est un havre de paix, un retour aux sources loin du bruit et de l'agitation urbaine.

Lieu de rencontre, d'échange et de partage, il vous offre la splendeur de la nature et surtout, vous laisse du temps pour l'admirer. Lieu de ressourcement, il vous plonge dans la découverte de la vie pastorale, de l'élevage des chevaux de trait comtois et ses techniques d'éducation et de travail en forêt avec le débardage. Il est aussi un point de départ pour de nombreuses activités forestières et pastorales. Quelle que soit l'activité choisie, vous vivrez une expérience inoubliable entre collaborateurs d'entreprise. (Réservation exclusivement à 12 sessions maximum par an, afin de limiter l'impact des groupes sur l'environnement).

Le chalet se veut également un lieu d'apprentissage et de retraite pour du développement personnel. Nicolas et Marlène sont prêts à partager leurs connaissances et leur passion pour la montagne. Ils vous conseilleront sur les meilleurs chemins à prendre, les équipements à emporter, les plantes sauvages à utiliser pour la cuisine, voire, vous donneront quelques astuces pour survivre en montagne, se sentir vivant, être en pleine conscience, se reconnecter à l'essentiel.

Notre Bon Sens Paysan Régénératif pour la Terre

L'Ecurie de l'Etala est un lieu de détente. Après une journée de randonnée, vous pourrez profiter de partager le « pain » entre collaborateurs lors de vos évènements team building devant un bon feu et au gré du coucher de soleil sur la chaîne des Monts Jura.
Enfin ce chalet vous accueille pour découvrir le savoir-faire « Made in Jura », tel que le vin bio Jurassien avec des bouteilles d'exception conseillé par notre amateur éclairé François.

Vous souhaitez vous connecter avec la nature, vous ressourcer, et vivre des moments inoubliables lors de vos stages en immersion régénérative.
N'hésitez pas à programmer votre aventure au chalet lors de votre prochain séjour dans le Massif du Jura.

N.B: Le terme « régénération » provient du latin regeneratio, signifiant « retour à la vie ». La régénération serait alors synonyme de renouveau, un processus positif permettant d'améliorer une situation qui dysfonctionne.

Le terme de tourisme régénératif est apparu dans le vocabulaire des professionnels du tourisme au fil des évolutions de la société : il n'est plus question de pratiquer un tourisme totalement neutre en carbone mais bien de dépasser cette neutralité pour effectuer des actes positifs pour la planète, de reconstituer l'écosystème, afin que son voyage ait un impact éco-responsable. Dès lors, ce tourisme régénératif doit s'adresser à tous les voyageurs, partisans d'un tourisme local ou plus « lointain ».

Amélioration de la gestion et du traitement de l'eau

L'alimentation en eau potable provient du captage d'une source située à 25 mètres environ, en amont et aval du chalet. Les eaux pluviales de la toiture sont collectées et stockées dans deux citernes de rétention, d'une capacité de stockage de 27m3. Les eaux pluviales sont utilisées pour les besoins en eau des installations sanitaires. Enfin, le bâtiment est autonome sur la gestion des eaux usées avec une fosse toutes eaux suivie de filtres composés de fragments naturels de coco.

Utilisation d'énergies renouvelables

Avec un four à bois en cuisine, l'ensemble des besoins énergétiques sont couverts par la production d'énergie renouvelable, prioritairement locale :

- L'éclairage ce fait à la bougie comme autrefois.
- Les légers besoins électriques du chalet sont assurés par 5m2 de panneaux photovoltaïques en toiture sud-est associés à des batteries.
- Les besoins en chaleur seront principalement assurés par le bois local travaillé en futaie jardinée, débardé au cheval de trait comtois (eau chaude sanitaire, chauffage des espaces et du gardien) ainsi qu'un poêle à bois et un four à pain central.
- Un poêle à bois permet de chauffer la salle commune, notamment en hiver.
- Un groupe électrogène de secours est installé et utilisé de façon très exceptionnelle en cas d'indisponibilité prolongée de la ressource solaire photovoltaïque .

Une prise en compte raisonnée des enjeux environnementaux

Situé dans le site Natura 2000 du Massif du Jura à dominante forestière et roche karstique, l'endroit présente une grande variété de milieux où dominent les formations rocheuses (éboulis et pavements calcaires) et des milieux ouverts, comme des pelouses propices aux activités pastorales. Il abrite quelques espèces emblématiques comme le grand tétras et la gélinotte des bois, famille des lagopèdes, des oiseaux rares et menacés à l'échelle nationale et européenne.

Notre Bon Sens Paysan Régénératif pour la Terre

Forfait Journée d'Etude « Business » :

89 € HT par personne et par jour sans déjeuner.

- Salle de réunion équipée d'un vidéo projecteur, d'un écran, d'un paper-board, eau minérale, bloc de conférence, stylos.

- Un petit déjeuner compris avec une pause « classique » le matin vers 10h et pause café à 15h30.

Le déjeuner sous forme de buffet, boissons incluses (1/4 bouteille de vin, 1/2 bouteille d'eau minérale et café) par personne.

Réceptif « Séminaire » demi-Journée :

- Formation demi-journée « Confort », petit-déjeuner & pause matin inclus : 49 € par personne

- **Menu spécial été « Ecurie de l'étala »** : avec son ***« BRASERO »*** : 85 € HT par personne en extérieur (Menu signature) avec choix de 5 plats avec buffet de salades variées + un dessert + une bière

- Calamars à l'ail des ours (plantes sauvages cueillis sur place à l'étala)
- Cochon Duroc élevée en milieu sauvage (élevage de la Ferme du Meilleur cochon du monde)
- Os à moelle à la fleur de sel AOP
- Gésiers de volailles
- Langoustines
- Viandes de saison du producteur local
- Option sup *: Noix de Saint-Jacques au lait de coco.* prix en fonction du cours du marché

Veuillez notez que l'apéritif en option dans nos menus à une durée d'environ 30mn **(11 euros / pers)**. Libre à vous de l'agrémenter en fonction de la durée que vous voulez lui donner.

Pour cela, nous vous proposons :

- Crémant du Jura (cuvée du siècle): 35 € la bouteille de 75 cl
- Vin blanc, vin rouge : A partir de 27 € la bouteille de 75 cl (vin bio du Jura)
- Bouteille de Whisky Jurassique : 40 € (le verre de 4cl 9€)
- Bière / Hydromel : 6€ / bouteille. (micro brasserie/ production locale)

- Eaux minérales plates ou gazeuses : 4.50 € la bouteille de 1L

- ***Eau naturelle de la source du chalet*** (non micro-chlorée et non traité à l'aluminium): A volonté!

Notre Bon Sens Paysan Régénératif pour la Terre

Privatisation du lieu pour vos séminaires d'affaires sur 2 jours avec bivouac au chalet sur 15 hectares de nature Classé Natura 2000 *(2500 euros HT).*

(Offre exclusive et limitée à 12 sessions / an pour les entreprises)

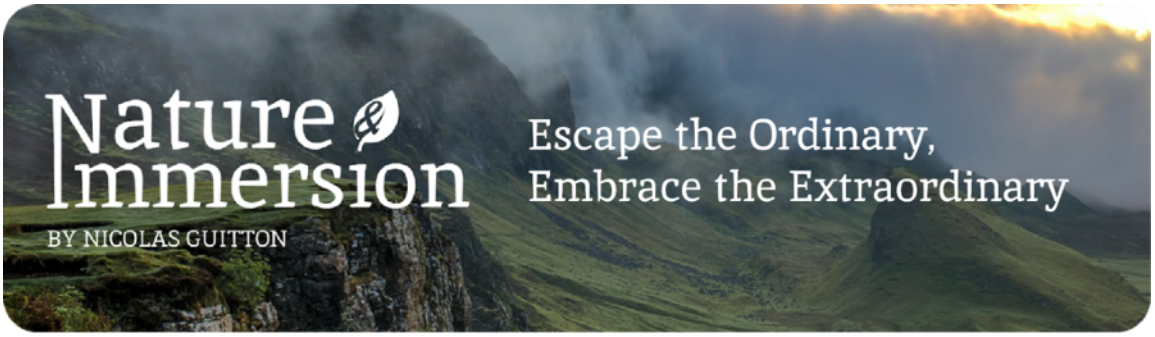
Notre Bon Sens Paysan Régénératif pour la Terre

- **Bivouac : de 2 à 15 pers maximum, sacs de couchage et matelas inclus.**
- **Petit déjeuner et service compris avec buffet de pains, confitures locales, miel de la ferme équi'table des Monts Jura, viennoiserie, café, thé, fruits inclus.**
- **Une session (45 min) de TOP® pour le groupe incluse le matin (TOP®: TECHNIQUES D'OPTIMISATION DU POTENTIEL)* inclus.**
- **Activités team building et sessions de formation suivant les thèmes en option avec : la préparation mentale, la gestion du stress, le leadership, l'intelligence émotionnelle, etc...**

A partir de 75 euros HT / pers pour le rallye challenge nature depuis la Ferme équi'table des Monts Jura

Intervention d'un coach - conférencier, suivant les thématiques recherchées (A partir de 3 000 euros HT / J)

***** Les techniques d'optimisation du potentiel (les TOP®) ont été conçues, développées par le docteur Edith Perreaut-Pierre (qui est également sophrologue) au sein des armées françaises dans le courant des années 1990.
Initialement, médecin à l'EIS à Fontainebleau (Ecole Interarmées des Sports), Edith Perreaut-Pierre avait en charge la préparation mentale des sportifs de haut niveau. Elle a mis en place cette méthode à travers diverses techniques. Elles se basent notamment sur la **respiration**, la **visualisation**, la **relaxation dynamique**, le **dialogue interne**. Ainsi, les techniques d'optimisation du potentiel ont été peaufinées à travers les divers vécus et partages d'expériences. Elles ont été généralisées au sein de l'armée de l'air.
Puis dans l'ensemble des armées françaises avec notamment pour objectifs de :

- donner des outils concrets, pratiques pour gérer le stress (en opération, mais également dans la vie de tous les jours, aussi bien environnement professionnel que personnel)
- participer aux actions « facteurs humains » développées dans l'aéronautique de défense pour assurer la sécurité aérienne.

Les TOP® constituent **une méthode de préparation mentale intégrative** (habiletés mentales, techniques, physiques, tactiques pour l'amélioration de la performance).