



PACKAGE DIGITAL DETOX

L'hôtel PANORAMA vous invite à vous déconnecter complètement du monde numérique, en laissant derrière lui les courriels, les réseaux sociaux, les téléphones et la technologie qui nous du quotidien. Dédiez quelques jours pour vous déconnecter et prendre du temps pour lire, réfléchir et profiter du temps avec vos compagnons et profiter de l'air pur et des vues à couper le souffle sur les montagnes suisses.

Notre mission est d'inspirer, d'éduquer et d'habiliter notre génération à créer des vies plus conscientes, significatives et équilibrées, en ligne et hors tension. Nous sommes plus globalement connectés que jamais auparavant, mais la vie à l'ère numérique est loin d'être idéale.

Le package comprend :

2 nuits pour 2 personnes. Dans une chambre double avec terrasse et vue sur la montagne (petit-déjeuner inclus) **au tarif spécial de: 580.- CHF (nuit supp. À 50.- CHF)**

À votre arrivée, nous vous demanderons de dire adieu à tous vos appareils numériques le temps, de les déposer dans le coffre-fort de la réception 😊 et d'oublier le monde numérique pendant tout votre séjour à l'hôtel PANORAMA.

- Jour 1:** Cocktail détox de bienvenue
promenade détox le long du bisse N°9
Dîner - Menu détox préparé par Chef S. Carta au restaurant MADRE TERRA (menu 3 plats)
- Jour 2:** Petit-déjeuner détox
Activité du matin: Mountainbike tour - L'hôtel vous met à disposition toutes les infos et les vélos (VTT) pour découvrir nos plus belles pistes cyclables.
Déjeuner Fit lunchpack
Activité de jour: journée d'initiation à l'escalade en salle ou KRAV MAGA
Dîner - Manger sainement et consciencieux
- Jour 3:** Petit-déjeuner détox
Activité du matin: Matinée aux bains de Saillon (massage sur réservation supplémentaire)
Déjeuner : Retour au monde digital avec une nouvelle façon de vous connecter aux outils digitaux

Autres infos :

L'Européen moyen dépense plus de la moitié de sa vie éveillé en regardant un écran. L'impact psychologique, social et culturel négatif est réel. Les choses doivent changer. Notre capacité à rester équilibré en cette période de croissance technologique exponentielle et à créer des relations saines avec nos appareils numériques déterminera l'avenir de l'humanité.

Il est urgent d'élaborer un nouveau code d'éthique autour des technologies, de créer des étiquettes sociales, d'établir des normes culturelles positives et de sensibiliser les gens aux habitudes nuisibles tout en partageant l'importance de la conscience. Vous pourrez redéfinir ce que signifie être connecté.

Nous voulons donner aux gens la permission de faire une pause, de réfléchir et de se reconnecter à ce qui est le plus important pour eux.

Déconnexion et reconnexion

Nous proposons une destination et une expérience qui donnent aux individus la liberté et la permission dont ils ont besoin pour vraiment débrancher et décompresser. Les participants mettent de côté leurs outils numériques pour se ressourcer, obtenir une perspective et réévaluer leur relation avec la technologie numérique.

Connexion vs déconnexion

En fournissant une expérience véritablement intégrée qui nourrit l'esprit et le corps, tout en approfondissant son sens sans les distractions numériques de la vie quotidienne, nous sommes en mesure de nous concentrer sur la re-connexion plutôt que sur la déconnexion de soi-même. À mesure que nous nous déconnectons de nos appareils, nous nous reconnaissons à nous-mêmes, à notre communauté, à la nature et au monde en général, lors de votre retraite, utilisez chaque moment comme une opportunité de connexion (RE). Il ne s'agit pas seulement de débrancher. Il s'agit de redécouvrir ce qui se passe lorsque nous nous sommes vraiment branchés à la vie.

Règles

Pas de technologie numérique

Pas de réseautage

Pas de téléphones, Internet ou écrans

No Work-Talk (discussions travail/business)

Pas d'horloges

Pas de patron

Pas de stress

Pas d'angoisse

No Fomo (peur de manquer)