



# LES RENCONTRES DE L'HORTUS

4-8 JUIN 2026

# DOMAINE DE MONGOFRE

## Minorque

4 - 8 JUIN 2026

Le Domaine de Mongofre (Minorque) est un lieu de calme et de partage, accueillant des événements culturels, des artistes en résidence et des symposiums. Perché en haut d'une colline, au cœur d'un parc naturel exceptionnel entre mer et vallonnements gracieux, sentiers fleuris et salines, il est propice à la réflexion et à l'observation des espèces.

Avec ses nombreuses terrasses ouvertes sur la mer, sa chapelle et ses multiples salons habités d'œuvres d'art et regorgeant de livres, le Domaine de Mongofre invite à une immersion dans la beauté et le charme. Une propriété pensée comme un espace de connexion, pour créer de nouvelles expériences à intégrer dans le quotidien.

Pour cette troisième édition des Rencontres de l'Hortus, la cofondatrice Capucine Demnard et Gabriel Humo célèbrent la beauté du mois de Juin à travers ses récoltes, sa lumière et son apaisement.

Les journées sont rythmées par le partage en cuisine, des découvertes dans les potagers, des escapades à la plage pour se retrouver et des moments de recueillement afin de revisiter les bases de notre quotidien. Un temps pour soi, où l'on réapprend une temporalité lente et douce, pour s'ancrer pleinement dans le vivant et au cœur de nos écosystèmes.

**Participer aux Rencontres de l'Hortus, c'est revenir à soi, se relier aux autres, faire naître et nourrir des projets vivants, inspirés par la nature.**

Les Rencontres de l'Hortus ont pour ethos le partage et le respect des écosystèmes, à travers des pratiques et ateliers variés. Des stages conçus pour apporter tendresse, énergie et beauté dans notre ressenti du quotidien.

Les Rencontres de l'HORTUS s'adressent aux cultivateurs professionnels ou amateurs, cuisiniers, artistes, managers, écrivains, philosophes, ou toute personne souhaitant se connecter à soi et à la nature.

**5 jours, 4 nuits, 2 experts en gastronomie, musicothérapie et jardins.**





# LES INTERVENANTS

## GABRIEL HUMO

CHEF, JARDINIER ET CRÉATEUR CULINAIRE

Gabriel González Andrade, chef hispano-vénézuélien, puise son inspiration dans ses racines familiales et ses premiers souvenirs de cuisson au feu de bois aux côtés de son grand-père en Galice. Formé à Caracas, il quitte le Venezuela à 19 ans pour se perfectionner à l'international, avant de poser ses valises à Minorque, devenue son camp de base. Sa cuisine, instinctive et profondément ancrée dans la nature, célèbre le produit local et la cuisson au feu de bois, qu'il considère comme un art exigeant et sensoriel. À Casa Humo, sa finca minorquine, il imagine des expériences culinaires uniques, toujours guidées par la saison, le lieu et le partage.

## CAPUCINE DEMNARD

MUSICOTHÉRAPEUTE , Cofondatrice des Rencontres de L'Hortus

Musicienne, musicothérapeute et productrice, Capucine Demnard a créé Veda-music, une méthode de santé intégrative basée sur l'écoute et la musicothérapie. À partir du son et de la musique, elle développe des groupes de relaxation et de parole, conçoit des spectacles et s'engage dans des causes humanitaires. Diplômée de l'Université de Médecine de Nîmes-Montpellier en musicothérapie, Capucine se spécialise dans l'accompagnement des jeunes adultes atteints de traumatismes crânio-cérébraux (DU TCC), en soins palliatifs (DU fin de vie) et dans la prise en charge de la maladie d'Alzheimer. Elle est aujourd'hui intervenante invitée à l'Université de Nantes et participe aux recherches de l'Institut de Nantes. Veda-music accompagne enfants, adolescents et adultes, favorise la communication en entreprise et compose pour des événements, artistes et auteurs.



« APPRENDRE À VIVRE, LÀ OÙ LE TEMPS, DOUX, NOUS GUIDE A UNE PRÉSENCE EN  
CONSCIENCE DE NOTRE ENVIRONNEMENT DANS LE PARTAGE. »



# PROGRAMME



## JEUDI 4 JUIN

Arrivées des participants  
10h-17h · Option de séances individuelles de musicothérapie  
18h · Cercle d'ouverture & musique

## VENDREDI 5 JUIN

8h · Yoga & méditation sonore  
9h30 · Petit-déjeuner  
11h · Visite de la cuisine-laboratoire, du potager de la finca, récolte et atelier avec Gabriel Humo  
14h · Déjeuner à la finca Humo  
16h-18h · Temps libre & plage au nord de Minorque  
18h-20h · Préparation du dîner avec Gabriel Humo à la finca  
20h · Dîner musical à la finca Humo

## SAMEDI 6 JUIN

8h · Yoga & méditation sonore  
9h30 · Petit-déjeuner  
11h · Visite du marché et du potager de Binissaida des Bescarons  
14h · Déjeuner à Mongofre  
16h-18h · Temps libre & plage  
18h-20h · Préparation du dîner avec Gabriel Humo  
21h · Dîner à Mongofre



## DIMANCHE 7 JUIN

8h · Yoga & méditation sonore  
9h30 · Petit-déjeuner  
11h · Marche consciente à Mongofre & cueillette d'herbes  
13h · Déjeuner sur la plage de Mongofre  
17h · Visite de Lítica et de Ciutadella  
20h · Dîner à Ciutadella

## LUNDI 8 JUIN

8h · Yoga & méditation sonore  
9h30 · Petit-déjeuner  
10h · Cercle de clôture & musique

# RÉSERVATION ET TARIFS

4 - 8 JUIN 2026

## STAGE EN CHAMBRE PARTAGÉE

Tarif (prix par personne) 1600€

Chambre Partagée acompte de 300€ : <https://buy.stripe.com/bJedR95n75YX5V36cc2Faob>

Chambre Partagée solde 1300€ : <https://buy.stripe.com/14A8wP3eZdrpbfn4442Faod>

## STAGE EN CHAMBRE INDIVIDUELLE

Tarif (prix par personne) 1900€

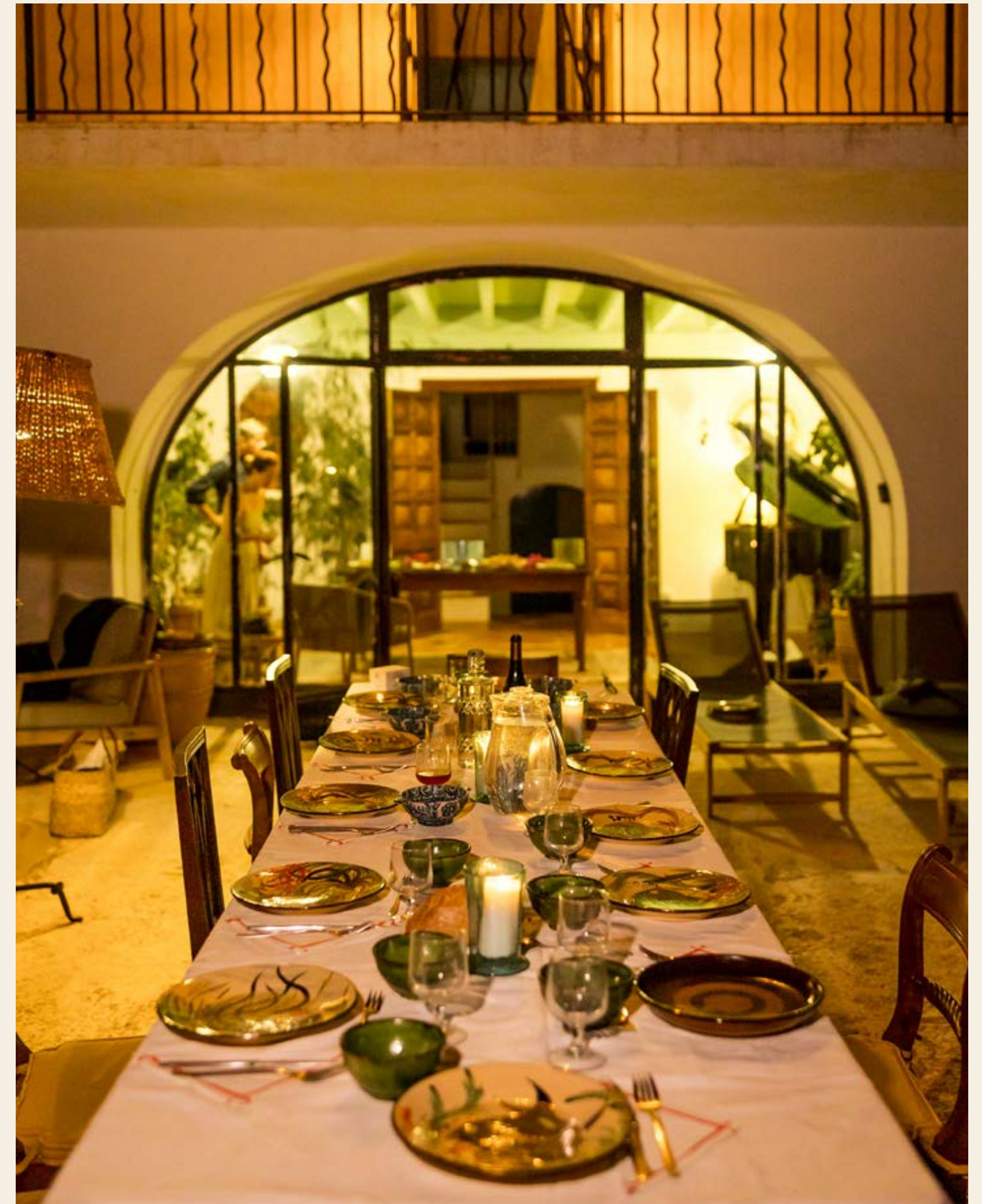
Chambre Individuelle acompte de 300€ : <https://buy.stripe.com/3cIaEXi6R9b93MVfMM2Faoc>

Chambre Individuelle solde 1600€ : <https://buy.stripe.com/aFa28r6rbgDBiEN9002Faoc>

\* Selon la disponibilité en fonction du nombre de demandes

## CONDITIONS

- La participation minimum pour cet évènement est de 8 personnes.
- Paiement de 300 € à la réservation, et du solde 30 jours avant la date du séjour.
  - 100% remboursable jusqu'à 90 jours avant la date du séjour.



Pour plus d'informations

<https://www.veda-music.com/rencontres-de-l-hortus-minorque>

