

SEJOUR REGENERATION PHYSIQUE ET PSYCHOLOGIQUE DES ORGANES

du 27/08 au 02/09 2016



AU PROGRAMME

- Des exercices physiques de régénération
- Des connaissances indispensables pour qui veut prendre sa santé en main
- La Cuisine Santé des Organes qui sera abordée de manière ludique et créative! (ateliers à thème: cuisine santé pour le foie, les intestins, les reins et les poumons puisque, lorsque ces 4 organes fonctionnent au mieux, tout l'organisme se porte bien...). Lors des ateliers nous créerons nos recettes gourmandes à partir de plantes potagères, plantes sauvages, fleurs, graines germées, herbes fraîches, épices, huiles essentielles.....
- Intérêt, préparation et dégustation d'aliments lactofermentés

- Cocktails santé
- Comment confectionner ses propres extraits drainants
- Les états psychologiques aptes à régénérer nos organes
- Reprogrammation du foie, des intestins, des reins, des poumons

Ainsi que:

- Un protocole de soin complet pour la régénération du tube digestif
- Comment fabriquer un appareil qui renforce la zone pulmonaire et intensifie l'oxygénation du sang
- De la joie, de la bonne humeur, du partage et... des surprises :-)

LES INTERVENANTES

Séverine PANNIER, organisatrice de ce séjour et animatrice, est Praticienne de Santé en Naturopathie Vitaliste, enseignante à l'école de naturopathie Dargère Univers et Professeur de Yoga Elle travaille avec de nombreuses personnes pour l'amélioration de leur qualité de vie. Passionnée de tout ce qui permet la transformation et l'évolution, elle expérimente, tri et rassemble les outils les plus efficaces permettant l'épanouissement de l'être.

Jeanne DUTERTRE, Naturopathe, spécialiste de l'Alimentation Vivante Savoureuse C'est à travers sa passion pour la cuisine que Jeanne, Naturopathe, a développé son goût du vivant et du naturel. Elle anime des ateliers d'éveil à la cuisine créative pour s'approprier, non pas des recettes toutes faites mais des bases simples sur le langage des aliments. La cuisine santé et créative sont chez elle comme une seconde nature.

COÛT DU SEJOUR (hors hébergement et repas): 600 euros, tarif couple: 900 euros

Tarif exceptionnel pour toute inscription avant le 1er juillet 2016: 510 euros

Inscription ferme

Le séjour démarrera le 27 août à 16h et se terminera le 2 septembre après le repas du midi

HEBERGEMENT ET REPAS (paiement sur place à votre arrivée)

(nos cuisiniers sont des spécialistes de l'alimentation saine, savoureuse et créative) :

En camping + repas: 191,10 euros (OPTION 1 repas par jour: 136,10 euros)

En gîte + repas (de 4 à 6 places): 263,10 euros

En chambre ou cabanon double + repas: 287,10 euros

En chambre ou cabanon individuel + repas: de 335,10 à 365,10 euros

A titre indicatif: 2 repas prévus par jour.

Taxe séjour incluse

Inscription et réservation: 0625074771
severine.pannier@gmail.com
www.naturocoach.net