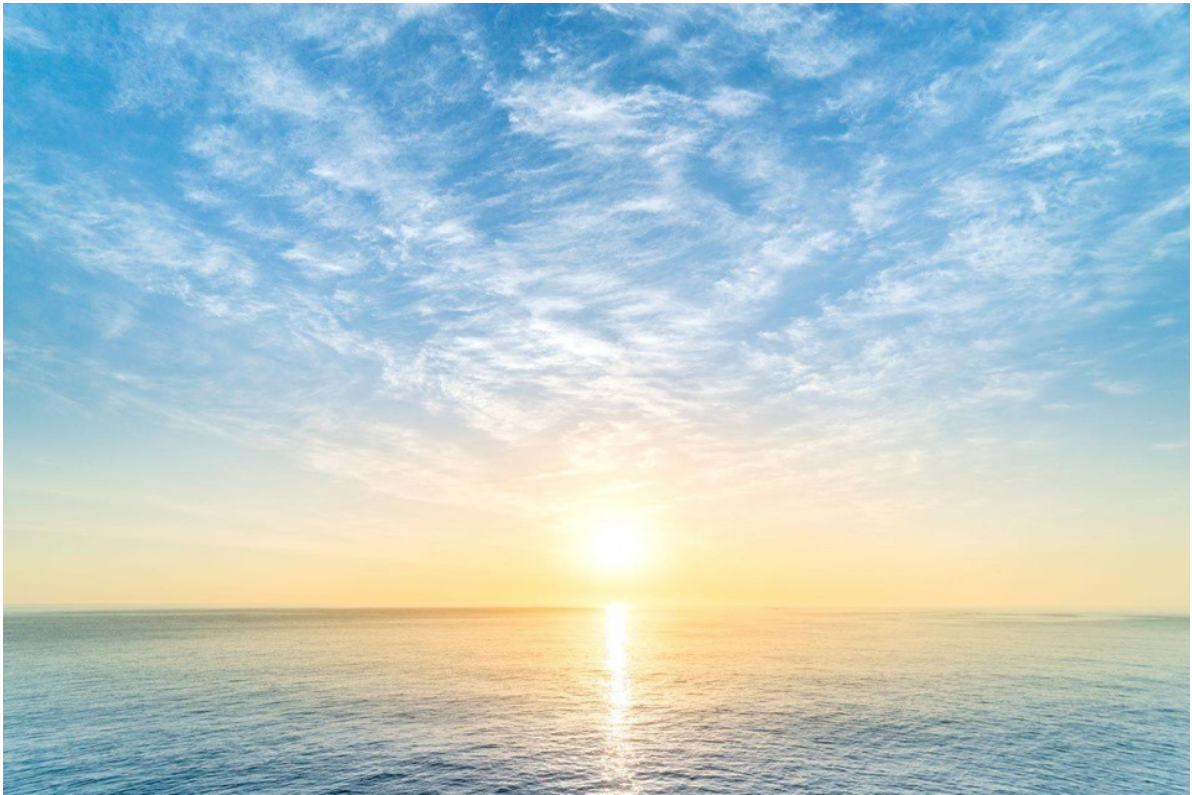


Stage résidentiel de jeûne thérapeutique

28 Septembre – 4 Octobre 2019



Jeûne hydrique, régénération, bien-être, vitalité

Combinez détox, perte de poids, libération émotionnelle, rajeunissement et régénération par le jeûne.

- Chambres individuelles** ou partagées **en bord de mer à Frontignan**
- + **Jeûne à l'eau de 6 jours**, suivi d'un jour aux jus de légumes frais
 - + **Accompagnement en continu, avant pendant et après** le séjour
 - + **Formation** complète sur l'**alimentation vivante** et de **santé, détox**
 - + Ateliers pratiques de méditation, respiration consciente, hypnose, diétothérapie et automassage
 - + Soins individuels d'ostéopathie et hypnothérapie, massages, soins énergétiques, constellations familiales (à prix libre)
 - + Promenades, baignades
 - + Soirées conviviales

Dates : prochaine session du samedi 28 Septembre au vendredi 4 Octobre 2019
Arrivée le samedi 28 vers 14h et départ le vendredi 4 à 13h

Lieu : Frontignan, covoiturage possible depuis Montpellier (30 minutes). Sur la plage !

Prix du stage (activités, programme pédagogique) : 350 euros
Hébergement entre 130 et 215 euros



Le programme :

- **jeûne à l'eau pendant 6 jours**, terminé par une journée aux jus de légumes frais

Activités proposées :

- **méditation, respirations** conscientes et **hypnose** en groupe (reprogrammation des comportements alimentaires et gestion des émotions).
- **Ateliers en diétothérapie** : gestion des émotions, gratitude, Hoponopono, initiation constellations familiales, je mange mes émotions, comment me nourrir autrement
- **Séances individuelles d'ostéopathie et hypnothérapie** (libération des émotions et tensions liées aux traumas de vie, reprogrammations personnelles) – (prix libre).
- **Programme pédagogique** complet sur la nutrition, détox, alimentation vivante, hygiène intestinale, comment se nourrir autrement et nourrir ses corps énergétiques, réalimentation.
- **Promenades** en nature (non accompagnées), baignades, **soirées conviviales**

Un jeûne encadré c'est :

- un **accompagnement en continu**:

Etienne Comet: *ostéopathe à Montpellier, pratique la méditation et le jeûne depuis 2010. Passionné par la vie et le corps humain.*

Site web: <https://www.osteopathe-montpellier-millenaire.com>

Facebook: *Etienne Comet Ostéopathe Montpellier*

Hélène Jacquemont: *infirmière diplômée au Canada, praticienne en Sophrologie, hypnose, constellations familiales, préparation et accompagnement à la naissance avec l'hypnose. Passionnée de jeûne et d'alimentation vivante, pratique les jeûnes courts et longs depuis 20 ans.*



- un suivi avant, pendant et après votre séjour

Etienne Comet *06 73 93 25 82*

etienne.comet@gmail.com

