CURE DE DÉTOXINATION

(AUX POMMES)

BALADES

Refaire le plein d'énergie

à l'arrivée du printemps

du 6 au 8 avril 2018

du vendredi 17h30 au dimanche 17h

à Tarnos (40)

Animatrice : **Jacqueline Reignier**

Une cure de détoxination pour quels bienfaits ?

Une alimentation trop abondante, pas toujours adaptée à notre physiologie, un manque d'exercice physique, le stress, la fatigue, les émotions non conscientisées ou non gérées, les pollutions diverses, font que notre organisme accumule des déchets.

Ce dernier ne pouvant pas toujours se régénérer, cette cure est l'occasion de l'aider à retrouver de **la vitalité**.

La CURE DE POMMES a une action **bienfaisante** sur le **foie surmené** (stimule et décongestionne les cellules hépatiques). Elle est **précieuse** pour ses qualités diurétiques, antirhumatismales, toniques musculaires, tout comme pour son rôle hypocholestérolémiant, elle est neurostimulante et facilite aussi la digestion gastrique...

C'est une **cure de rajeunissement** pour tout notre corps.

Appelée aussi monodiète, elle consiste à manger un seul aliment (pommes crues ou cuites) pendant plusieurs jours.

L'importance d'être accompagné(e) :

Il est important de suivre certaines règles pour tirer le meilleur profit d'une cure de détoxination. Le fait de bénéficier d'un accompagnement professionnel vous permettra de vivre cette expérience en toute sérénité et sécurité.

Il est plus facile de faire la cure en groupe, les différentes activités proposées (**marches, ateliers créatifs, relaxation, auto-massage, biokinégym…)** la facilitent, permettent de se détendre dans une ambiance conviviale, et de vivre un moment pour soi hors de son contexte de vie habituel.

Nous sommes logés dans un cadre agréable avec piscine, en bordure de l'océan atlantique, dans des chalets en bois avec chambres individuelles. »

De **nombreux conseils en hygiène de vie** sont proposés tout au long du week-end pour **repartir sur de bonnes bases** et en pleine forme.

"***Une pomme par jour éloigne le médecin !***»,

affirme un proverbe anglais.

CONTACT

Jacqueline Reignier

Praticienne de santé

Naturopathe Vitaliste

Tarif du week-end :

270 € dont Arrhes 80 € à l'inscription

hébergement inclus en chambre individuelle

(tant que disponibilité)

Possibilité de régler en plusieurs fois.

Inscription avant le 23 mars 2018
dans la mesure des places disponibles

Renseignements et inscription :

Tél. : **06.12.92.36.69.**

Mail : **ateliers.bienetre@yahoo.fr**

Site internet : **www.ateliers-bien-etre.fr/raisin.php**

Les Ateliers du Bien-Être Tarbes sont sur

Siret : 504 667 999 00032

Imprimé par nos soins, ne pas jeter sur la voie publique