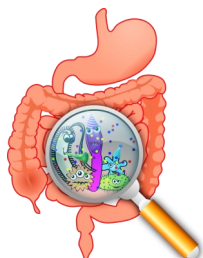


Séjours « Santé et Microbiote »

ou Comment retrouver la flore de vos « 20 ans » ?

Nouveau concept, avant-gardiste et scientifiquement structuré

CONCEPT : ces séjours de 6 jours tournent autour de 3 axes fondamentaux :



1. Evaluation de l'état du microbiote de chacun (flore digestive), notamment par la mesure des gaz respiratoires à jeun, et la prescription d'une alimentation ciblée et saine.
2. Proposition d'une activité sportive sur mesure.
3. Présentation des traitements adaptés : mycélia et conseils personnalisés.

AU MENU : des ateliers de cuisine sans FODMAP (sucres fermentescibles), de nombreux moments de sport encadrés par un éducateur sportif, de la détente et d'autres activités pour bouger et s'instruire.

AVEC QUI : Monique Schweitzer et Lilian Gautheron, deux éducateurs de santé, formés en médecine intégrative au sein de l'école ECIM de Paris et réflexologues.

Un éducateur sportif diplômé pour les activités physiques et une cuisinière chevronnée.

BUT : Amener tous les participants vers une meilleure connaissance d'eux-mêmes et vers une meilleure santé, en indiquant pourquoi certaines mesures sont utiles, voire urgentes !

DATES : . du 19 au 24 avril 2017
. du 12 au 17 septembre 2017
. du 3 au 8 octobre 2017

LIEU : Nous avons le plaisir de vous accueillir dans le très beau domaine de Montplaisir en Rose, à Algans (Tarn), non loin de Toulouse (voir le site www.montplaisirenrose.com).



Ces séjours sont totalement inédits et sont une Première en France et à l'étranger

« Bien mesurer, beaucoup bouger et mieux se nourrir »



Pour recevoir d'autres informations, nous écrire à « monique.schweitzer@gmail.com »
ou téléphoner au +33/(0)5 61 11 48 47 ; +33/(0)6 82 23 57 79
ou consulter la page <http://sejours-alimentation-vivante.fr/>