

JEÛNE, MEDITATION et SANTE

Du **06 au 12 Juillet** prochains aura lieu au Prieuré Notre Dame et Saint Thiébaud, (au chalet Saint Martin), une session originale qui allie la diététique, le ressourcement, la connaissance de soi et des bases de la santé : une occasion pour faire le point ! Nous étudierons les bases physiologiques du jeûne et de la nutrition : qu'est ce qui nourrit, régénère ou au contraire pèse et endommage notre corps, notre âme, notre esprit ! Vaste programme.



Eric Brebion (Nicodème en orthodoxie) étudie cela depuis quelque 40 années (17 à 57 ans) sans avoir épuisé le sujet ! Pharmacie, phyto-aromathérapie, homéopathie, nutrition, diététique, jeûne, hygiénisme, naturopathie, psychomorphologie, psychosomatique, somatothérapie, relation d'aide, animation de groupe (depuis 1994), méditation, constellations systémiques... jalonnent un parcours à la fois atypique et logique. Il vous propose ici une synthèse, qui a pour objet de vous aider à progresser dans votre santé et votre chemin de vie. www.jeune-holotropique.eu

Nos repas seront préparés par nous-mêmes dans la simplicité : quelques fruits ou légumes. Certains pourront faire l'expérience du jeûne hydrique, s'ils le désirent. Nous boirons une eau de qualité. Nos journées seront rythmées par de petits temps de méditation, des réflexions, enseignements, échanges, des ateliers (dont certains, danse ou peinture pourront être animés par Muriel, son épouse), des ballades, relaxations, massages, des repas allégés, des silences... et tout ceci dans le cadre harmonieux du prieuré Notre Dame et Saint Thiébaud de GORZE.

Coût de la session : 384 Euros, hébergement en chambre individuelle, nourriture et animations incluses. Attention le chalet ne peut héberger que 6 personnes. Emporter vêtements chauds, baskets de marche, huile de massage, bouillotte, tenue souple, draps lit de une personne, nécessaire de toilette, serviettes de bain. Du Dimanche 17H au Samedi 14H.

Renseignements : Eric Brebion **09 71 50 17 85** ou par mail eric.brebion152@orange.fr ou Skype

TALON D INSCRIPTION

A renvoyer à Eric BREBION 658 rue Saint Fuscien 80000 AMIENS

NOM :

PRENOM :

Adresse :

E-mail :

Date de naissance :

Tel :

Poids :

Taille :

S'inscrit à la session du 06 au 12 Juillet à Gorze en Moselle, et verse ci-joint par chèque ou virement bancaire, la somme de 100 Euros à l'ordre de Eric BREBION (Non remboursable après le 30 Juin)

État de santé sur papier libre ou certificat médical joint.

Le

2014.

Signature :