

FLORESSENCE84

Aller vers l'essentiel

Naturopathe

Conseillère en santé naturelle

Vous propose des séjours de bien-être en Provence, à Carpentras, Capitale du Comtat Venaissin



Pour :

-Améliorer votre qualité de vie et adopter de nouvelles habitudes, et vous faire plaisir,
-Développer votre autonomie en repartant avec quelques outils et recettes,
- Redevenir acteur de votre santé et vous réapproprier votre corps, reprendre confiance en vous, (ré) apprendre à vous connaître,
-Partager et échanger les connaissances, expérimenter des techniques naturelles simples et efficaces.

Théorie et pratique vous sont proposés dans le cadre de 2 séjours en immersion complète:

Séjour Ressourcement et naturopathie

Vous ressentez le besoin de :

- prendre le temps d'une pause,
- vous offrir un moment de bien être et de cocooning,
- vous reconnecter avec vous - même ...
- recréer du lien, du partage, ...
- récupérer énergie et forme par une alimentation saine et naturelle,



Organisation du séjour :

- Ateliers collectifs de sensibilisation à : réveil énergétique des sens par des mouvements doux d'auto – massages, naturopathie, nutrition, gestion du stress, créativité autour du mandala ;
- Séances individuelles personnalisées : réflexologie plantaire ou modelage corporel relaxant, bol d'air Jacquier,
- Temps libre pour se reposer, respecter des temps de silence et de ressourcement personnel, échanger, découvrir la bibliothèque de votre hôtesse....



Séjour Mouvement et naturopathie

Vous ressentez le besoin de :

- reprendre en main votre santé,
- bouger, et respirer,
- vous offrir un moment de bien être et de cocooning,
- récupérer énergie et forme par une alimentation saine et naturelle,



Organisation du séjour :

- Ateliers collectifs : réveil énergétique des sens par des mouvements doux d'auto – massages, randonnées matinales, approfondissement nutrition (jus de légumes, graines germées, introduction au jeûne), prise en charge naturopathique spécifique en fonction du temps imparti (sphères digestive, nerveuse, endocrinienne, affections ostéo – articulaires...);
- Séances individuelles personnalisées (cf programme séjour ressourcement et naturopathie) ;
- Temps libre (cf programme séjour ressourcement et naturopathie) ;

Tarif pour un séjour de 3 jours incluant	
Pension complète – alimentation biologique adaptée à vos demandes	210,00 euros
Ateliers théorie et pratique	280,00 euros

Début des séjours le jeudi à partir de 14 heures
Fin du séjour le dimanche entre 14 et 16 heures

Prévoir une tenue souple et des baskets, une cape de pluie ou un K-way, des lunettes et/ou un chapeau de soleil, une gourde et un petit sac à dos.

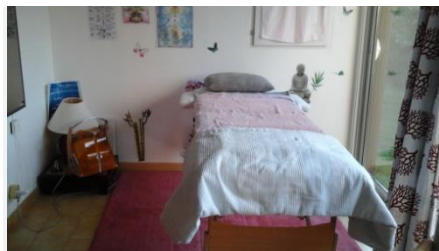
NB – séjours non fumeurs – animaux refusés (mésentente possible avec les chats de la maison) – à noter le caractère non médical de ces séjours

Pour toute demande d'informations et inscription (bulletin d'inscription envoyé sur simple demande), **contactez moi**

- **par email : floressence84@gmail.com**
- **par téléphone au 07 82 42 00 03**
- **site : en cours de construction**



Autres prestations individuelles



* Consultations en naturopathie santé naturelle
- Prévention santé

* Conseils en gestion du stress

* Modelage corporel relaxant (Pour information le modelage corporel pratiqué ne revêt ni caractère thérapeutique ni caractère médical)

* Bol d'air Jacquier (oxygénation biocatalytique)



* Atelier collectif ou individuel autour du mandala « Retour vers le centre – retour sur soi »

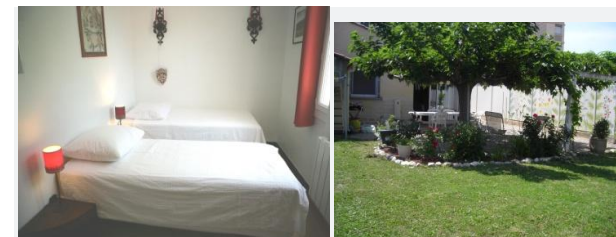
* Accompagnement des personnes atteintes de pathologies dégénératives

- ◇ Sur rendez – vous
- ◇ A domicile
- ◇ Déplacement périphérie de Carpentras

*Chambre d'hôtes « Floressence84 » petits déjeuners bio – sans gluten –

https://www.chambres-hotes.fr/chambres-hotes_floressence84_carpentras_41041.htm

*Location de vacances pour 4 à 5 personnes (juin - juillet et septembre)



Contact :

- **par email : floressence84@gmail.com**
- **par téléphone au 07 82 42 00 03**

