

# Préservons notre santé et la planète

Présenté par Béatrice Vitali, infirmière DE, bio énergéticienne (méthode Ācmos),  
membre des sourciers géobiologues d'Europe .

Dans un cadre de vie bucolique, retrouvons nous pour aborder différents sujets en rapport avec une  
**hygiène de vie saine, équilibrée et en harmonie avec la nature.**

Courant de l'année, nous aborderons différents thèmes, chacun développé un week-end, samedi et dimanche de 9 à 17heures .

Apport d'informations, partage de connaissances, questions réponses, ateliers, sorties découverte dans la nature (selon météo).

*Planning plus détaillé sur demande et lors de l'inscription.*

## 3 WEEK-END à thème

**14 et 15 avril 2012**

**ALIMENTATION.**

Alimentation actuelle: dérives et conséquences de celles-ci. Alimentation idéale et saine.

Alimentation selon l'enseignement du Dr. Kousmine et les conseils du Dr. Servan Schreiber.

Choix des produits, les apprêter, les consommer.



**9 et 10 juin 2012**

**ENVIRONNEMENT.**

**HABITAT. HYGIENE DU CORPS.**

Impact des différentes nuisances dans l'air, l'eau, la terre et celles induites par les technologies modernes (*différentes ondes, par exemple électriques, magnétiques*) sur notre santé.

Problèmes, solutions et remèdes afin de nous en protéger, approche de la géobiologie.

Notre corps: *protection (habits)* ; *hygiène (toilette, produits)* ; *soins de beauté, cosmétiques (atelier pratique en groupe)*.



**15 et 16 septembre 2012**

**BIEN-ETRE ET GESTION DU  
STRESS.**

Se ressourcer par la nature . Rééquilibrage du corps. Bioénergie

Approche de différentes méthodes de gestion du stress :

1. *Yoga- pensée positive- rire*      2. *Musique- sophrologie- relaxation*      3. *Soins par les couleurs*



**Lieu du stage:** 19 chemin du Faing Janel, 88460 TENDON (**VOSGES**) uniquement sur réservation

**Prix du week-end : 100 euros, avec deux déjeuners et petit déjeuner du dimanche,** (nombre de places limité), inclus: information découverte: bilan de bioénergie\* (individuel), bilan géobiologique\* (d'une habitation ou d'un lieu) , possibilité d'hébergement sur place

*\*Si participation aux 3 stages, prix préférentiel pour l'une des deux pratiques de santé ci-dessus.*

**Renseignements et réservation:** 03 29 34 55 09