

Jeûne en Immersion Nature

DATE

25 au 31 juillet 2022

LIEU

Site de La Comtesse à
Val Maravel, Haut
Diois (Drôme)

RENDEZ-VOUS

à 15h le lundi 25 juillet
au parking du Pilhon.

FIN DU STAGE

le dimanche 31 juillet
à 14 heures.

FRAIS du stage

. accompagnement :

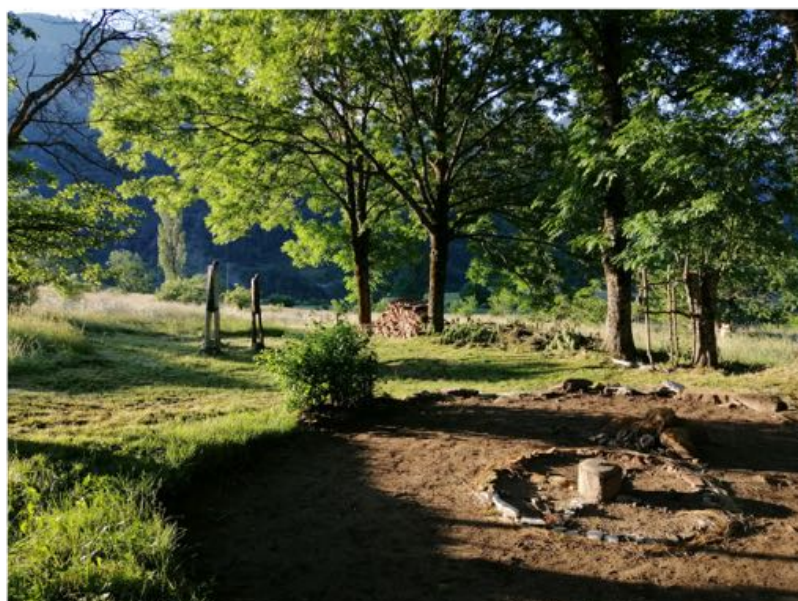
550€

. coût hébergement :

110 € +adhésion EPNS

(sous tente ou en
dortoir)

*il est possible d'échelonner
les frais pédagogiques sur
plusieurs mois si vous le
souhaitez.*



« Suivre la nature guérissante » Hippocrate

Bienvenue dans un site hors du commun, un ancien corps de ferme en cours de rénovation, perché au fond d'une petite vallée du haut-diois, à 1300m d'altitude. Un séjour au confort minimaliste, où l'essentiel y est! Une immersion dans un lieu vivant et vibrant.

Ici la forêt chante, le ruisseau chuchote, la nuit rayonne, le soleil féconde... Laisser vous fondre, laisser vous pétrir par cette terre propice à la connexion. Un temps précieux pour soi, un temps rare pour tendre ses sens vers les secrets du monde.

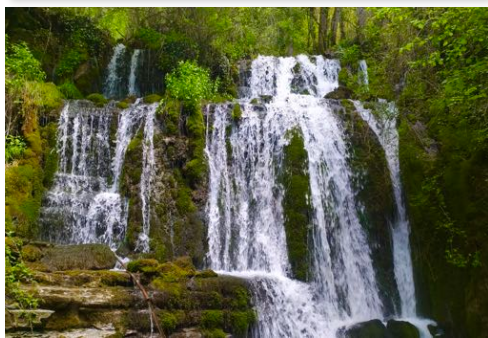
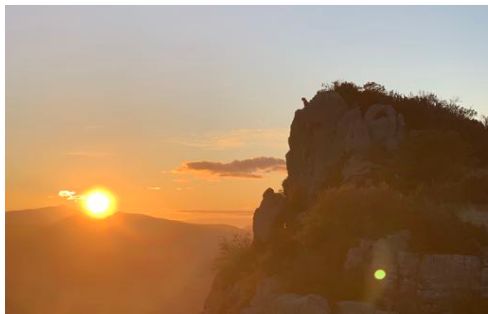
Le jeûne est une pratique physiologique ancestrale qui permet un nettoyage profond et une régénération du corps physique. Il facilite également l'écoute profonde de l'être, clarifie les pensées, affine le regard, nourrit la créativité et éclaire le chemin .

Nous vous accompagnons avec bienveillance, authenticité et simplicité, mettant nos compétences et savoir-faire au service de cette expérience.

CONTACT

06 79 35 14 08 - julienlevertaco@hotmail.fr

www.jeunemarchenature.com



Ce stage est une proposition à :

- (Re-) Découvrir une cure de jeûne et ses bienfaits, une santé globale.
- Cultiver l'Être plutôt que le faire, écouter vos besoins essentiels.
- Aller à la rencontre d'un lieu, d'un groupe, de Soi, de l'Autre, par une démarche systémique inspirée du vivant.
- Vivre au rythme des cycles, la nature comme actrice.
- Des pratiques de reliance, de gratitude, sit-spot, du mouvement et du repos, des temps de marche et de souffle, d'olfactothérapie, de voyage intérieur, de rituels...
- Participer à des temps d'échanges et ateliers.
- Contempler, admirer, rêver...



Accompagnement:

Marie (naturopathe et accompagnatrice de jeûne certifiée FFJR), Julien (guide de haute montagne et nature).



« Quand tu commences à marcher le chemin, le chemin apparaît. » Rumi

Comment s'inscrire ?

Pour toute inscription, nous vous invitons à prendre contact avec nous pour un échange préalable de façon à vérifier ensemble que cette expérience soit adaptée à vos besoins et à vos attentes (jeûne, confort minimaliste, camping...) .

Après confirmation vous trouverez par mail toutes les informations pour préparer votre venue.

- Les conseils pour la descente alimentaire, à faire la semaine précédente.
- Les informations sur le déroulé du jeûne.
- La liste des affaires que nous vous conseillons d'apporter.
- Les informations pour rejoindre le lieu du stage.

Vous pouvez télécharger le bulletin d'inscription

sur le site www.jeunemarchenature.com , par mail julienlevertaco@hotmail.fr