



CALENDRIER 2024

IMMERSIONS JEÛNER VERS SOI

en Dialogue Conscient

Île de Ré / Les Portes en Ré

- **12 au 19 janvier 2024**
- **24 fév. au 1er mars 2024**
- **3 mars au 9 mars 2024**
- **23 au 29 mars 2024-**
Jeûne/détox et travail sur la mémoire cellulaire et transgénérationnelle
- **30 mars au 5 avril 2024**
- **27 avril (à confirmer)**
- **25 au 31 mai 2024**
- **1^{er} au 7 juin 2024-**
Jeûne/détox et travail sur la mémoire cellulaire et transgénérationnelle (complet)
- **15 au 21 juin 2024**
- **29 juin au 5 juillet 2024-** Jeûne formule allégée à la carte/détox en douceur
- **24 au 30 août 2024**
- **7 au 13 septembre 2024-** Jeûne formule allégée à la carte/détox en douceur
- **14 sept. au 20 sept. 2024-**
Jeûne/détox et travail sur la mémoire cellulaire et transgénérationnelle
- **28 sept. au 4 octobre 2024**
- **5 au 11 octobre 2024**
- **9 au 15 novembre 2024**
- **30 novembre au 6 décembre 2024**

La semaine d'immersion débute le **samedi à 17H00** et se termine **le vendredi vers 13H00**. Groupe de **8 à 9 personnes maximum**.

En jeûne hydrique / Buchinger (jus et bouillon) / détox.

Les jeûneurs sont hébergés à mon domicile en chambre individuelle. Et/ou tout à côté de chez moi, en maisons individuelles/chambre-s indépendante-s (1 ou 2 personnes) ou annexe avec chambre/salle de bain individuelle indépendante.

Les immersions Jeûner vers Soi en dialogue conscient, à l'île de Ré, vous sont proposées avec un grand choix de dates toute l'année, pour une semaine (ou plus) de **ressourcement au bord de l'océan, hors du temps et des contraintes. Une semaine (ou plus) de repos et de rencontre dans la joie de la liberté d'Être.**

Accompagné-e en toute sécurité par une **infirmière spécialisée** et centrée sur la **santé globale** (physique, émotionnelle et spirituelle), c'est ainsi que je vous transmets, sans dogmes, mon expérience, et mes connaissances en termes de jeûne/détox, d'alimentation et de bien-Être.

3 FORMULES / Voir le détail et tarifs des offres ici :

les offres 1-2-3

- **Autres dates hors calendrier** : possibilité d'ajouter d'autres dates à votre convenance (selon mes disponibilités) si un minimum de 3 personnes. **Me contacter pour plus d'infos.**
- **Possibilité du « jeûne en autonomie »** : il s'adresse à des personnes ayant déjà jeûné, qui souhaitent venir seules ou avec des ami-e-s et être autonome-s tout en profitant de l'infrastructure, du confort du lieu, du bord du mer, des massages, de séances de yoga ou ostéopathie à la demande, et de mes éclairages lors notamment d'un rdv en groupe ou individuel quotidien facultatif. **Me contacter pour les informations et tarif.**
- Il est possible aussi de faire, sur place, votre descente alimentaire, prolonger votre jeûne ou faire votre reprise alimentaire selon les disponibilités d'hébergement en lien avec mon calendrier. **Me contacter pour les informations et tarifs.**



ici 

Demande d'information / Inscription

Pour plus d'infos ou si vous avez des questions et souhaitez échanger :

Contactez-moi



mon site ici



mon e-mail : sophie.jeunerverssoi@orange.fr



Ou par tél. : 06 84 77 60 00