



## CALENDRIER 2024 à jour

### IMMERSIONS JEÛNER VERS SOI en Dialogue Conscient et à thème 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 (complet)
- **30 mars au 5 avril 2024** (complet)
- **25 au 31 mai 2024**
- **1<sup>er</sup> 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/détox
- **24 au 30 août 2024**
- **7 au 13 septembre 2024** -Jeûne formule allégée/détox
- **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 **9 personnes maximum**.

En jeûne hydrique ou Buchinger (jus et bouillon), ou jeûne/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.**

Accompagnée en toute sécurité par une **infirmière spécialisée** : 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 offres / Voir le détail et tarifs des offres ici : [les offres 1-2-3](#)**

- ✓ **Les immersions avec le travail sur la mémoire cellulaire et transgénérationnelle, 3 à 4 par an**, en collaboration avec Bernadette, experte en mémoire cellulaire et transgénérationnelle..

**Voir le détail et tarif ici : [Offre 2](#)**

- ✓ **Les immersions « allégées »/détox en douceur, 2 à 3 fois par an.**  
Ce sont des immersions en dialogue conscient, allégée et en détox douce pour celles et ceux qui souhaitent faire plutôt une détox qu'un jeûne.  
Avec, en option libre à la carte et facultatifs, des ateliers « Ré-créatifs »

**Voir le détail et tarif ici : [Offre 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.**



**Pour une demande d'information complémentaire ou une inscription :  
cliquez 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](mailto:sophie.jeunerverssoi@orange.fr)**



**Ou par tél. : 06 84 77 60 00**