

Renseignements & Réservations

Dany Culaud
4 venelle du Vieux Noyer
91370 Verrières-le-Buisson
tél : 09 61 45 13 22
mob : 06 19 95 65 95
danyculaud@seme-la-vie.fr
www.danyculaud.fr

Éducatrice en alimentation saine & cuisine vivante
Fondatrice de l'entreprise **Dany Culaud Sème la vie.**

✂-----

bulletin d'inscription & demande de brochure

Prénom :

Nom :

Adresse :

.....

.....

Tél : e-mail :

Je m'inscris pour le séjour de trois semaines en février 2011 (un bon de réservation détaillé vous sera envoyé dès réception de ce coupon)

Je souhaite recevoir une brochure d'information sur l'Institut Hippocrate

Pour confirmer votre participation, un versement de 50% du prix du séjour devra être effectué à l'inscription. Le solde est payable quinze jours avant le départ, avant le 1er février 2011.

3 semaines pour vous transformer ! à l'Institut Hippocrate



du 13 février au 5 mars 2011

2ème voyage franco-québécois!

**Offrez-vous une vraie remise en forme,
profonde & durable**

Formatrice culinaire en cuisine vivante, praticienne de santé, organisatrice de voyages à l'Institut de Santé Hippocrate, spécialiste de cette méthode de santé, je vous encadrerai lors de ce séjour et vous aiderai dans la préparation du voyage.

Vous bénéficierez d'une cure de printemps exceptionnelle et profiterez d'une véritable « école de santé ». L'Institut Hippocrate, fondé par Ann Wigmore en 1955, actuellement dirigé par Brian et Anna-Maria Clement à West Palm Beach en Floride, a été élu 1^{er} centre de cure au monde en l'an 2000 et est reconnu pour sa méthode basée sur l'alimentation vivante et le jus d'herbe de blé.

Nous aurons la chance d'être accompagnés à nouveau cette année par nos amies québécoises, Marlène Boudrault, Naturopathe et Roxanne Vézina, éducatrice de santé et coach en communication non violente toutes les deux spécialistes de la méthode de santé Hippocrate.

Une grande partie des conférences seront traduites en français.

Au plaisir de vous accompagner pour ce séjour unique,

Dany Culaud



"Que l'aliment soit ton médicament"
Hippocrate

Le Programme Life Change

Le Programme *Life Change* proposé par l'Institut Hippocrate est un séjour de **remise en forme exceptionnelle** de 3 semaines.

Vous apprendrez à : alcaliniser et oxygéner le sang, éliminer en grande partie les toxines accumulées, renforcer le système immunitaire, revitaliser et régénérer l'organisme pour que le corps s'auto-guérisse, perdre vos habitudes addictives, vous débarrasser d'un excès de gras ou d'eau, améliorer vos hygiènes alimentaire et de vie.

Ce programme, éprouvé depuis plusieurs décennies, repose sur :

- **l'alimentation vivante** : des préparations végétales biologiques (légumes, graines germées, jeunes pousses, algues, oléagineux), variées, savoureuses, alcalinisantes, sans cuisson afin de conserver intacts les éléments vitaux
- le **jus d'herbe de blé** aux multiples vertus, ainsi que les « **jus verts** » frais (légumes et jeunes pousses)
- la pratique régulière d'une **activité physique adaptée**
- une **attitude positive et responsable** vis à vis de sa vie et de sa santé.

Le programme inclut des **soins personnalisés** issus des traditions ancestrales ou à la pointe de la modernité et des **conférences** couvrant des thèmes variés liés à l'alimentation vivante, l'hygiène de vie et la santé.

Ainsi, ces trois semaines ne constituent pas seulement un moment privilégié pour votre bien-être vous permettant d' **expérimenter une profonde revitalisation**, mais aussi une **véritable formation** qui vous apprendra comment adopter un mode de vie plus sain à votre retour.

Bibliographie

- Alimentation vivante pour une santé optimale, Brian Clement & Theresa Foy DiGeronimo, éd. Trustar
- Alimentation, Vitalité, Longévité, Brian Clement, éd. Jouvence
- L'herbe de blé : source de santé et de vitalité, Ann Wigmore, éd. Jouvence
- Conscious eating, Gabriel Cousen Ed. Biovie

Services compris (Programme 3 semaines)

- le service complet des chambres
- tous les repas, les jus verts, l'utilisation libre du « bar à jus d'herbe de blé »
- les consultations médicales individuelles avec bilan sanguin et analyse au microscope des cellules sanguines, à l'arrivée et en fin de séjour
- 1 massage, 3 séances d'électro-magnétisme, 1 de viorfor et 1 de theragem par semaine
- 1 hydrothérapie du colon par séjour
- les conférences quotidiennes sur la nutrition et la santé
- le manuel de cours complet en français reprenant tous les points essentiels du programme Hippocrate (plus de 280 pages)
- des séances d'activité physique quotidiennes : gym, aquagym, Qi-Qong, yoga, pilates (types d'activité susceptibles de varier selon les dates du séjour)
- le libre accès aux 3 piscines et au jacuzzi, au sauna à infrarouge, aux machines de sport, ainsi qu'aux machines relaxantes et drainantes
- 1 séance de groupe hebdomadaire avec le psychologue du centre ainsi que 2 séances individuelles (30' et 60') par séjour
- le suivi à vie de vos bilans sanguins.

Le programme est identique pour tous et se suffit à lui-même, mais des soins spécifiques, thérapeutiques ou esthétiques, peuvent être dispensés à la demande et facturés en plus.

Hébergement et Tarifs

L'Institut offre un grand choix de logements : chambres individuelles ou partagées en maison d'hôte, cottages, chambres luxueuses dans la maison principale. Il y a aussi des hôtels proches du Centre.

Le prix du programme varie en fonction du type de logement sélectionné : à partir de 5100\$ pour un séjour de 3 semaines (détails sur demande).

- Recevez un chèque cadeau de 75\$ lors de votre arrivée , à utiliser librement sur place pour tous les participants à ce voyage