

Témoignages séjours Nutrition Sensitive

« Vous repartirez avec une nouvelle approche – une liberté retrouvée face aux théories axées sur le contrôle, une foule d'idées pour un nouveau départ vers le bien-être. » Perrine, octobre 2017

« J'ai eu l'impression de plonger, d'être immergée (complètement et en totale confiance) dans un bain de jouvence, de joie de vivre et de dynamisme... si je cherchais un peu, je pourrais sans doute ajouter d'autres termes! Quel bonheur !!! » Brigitte, octobre 2017

« Trois jours de réelle magie, une nouvelle étape vers le bien-être par l'explication, la marche, le massage et la nourriture – quelques recettes comme point de départ, mais surtout l'impression de comprendre et d'être armée pour le futur grâce à une approche rationnelle et réaliste » Véronique, mai 2017

« Stage de nutrition sensitive ... Venez réconcilier vos 5 sens tout en douceur ! Au cours de ce stage, vous retrouverez le plaisir de manger, vous apprendrez comment sortir du contrôle permanent ... », Corinne, mai 2017

« En trois jours, vous apprendrez les mécanismes de votre corps, vous comprendrez le rôle des nutriments, vous marcherez dans la nature, vous vous abandonnerez lors d'un massage, vous dégusterez ce que nous cuisinerons tous ensemble. » Bernadette, mai 2017

« Tes modules étaient très intéressants, tes réponses à toutes nos questions toujours pertinentes, les promenades très belles même rallongées, Valentin et ses massages top, le groupe très sympa, ... Bref super » Catherine, mai 2016

« J'ai beaucoup apprécié le contenu de tes explications, le visuel des équivalents caloriques, la formule et le massage ainsi que le volet aromathérapie. » Nathalie, mai 2016

« La région est magnifique, les conseils diététiques sont professionnels et personnalisés, le massage divin et l'on reçoit en prime une belle introduction à l'aromathérapie. » Sophie, mai 2016

« Het verblijf heeft ons veel deugd gedaan, vooral de vitaminen van de zuiderse warmte. De maaltijden waren uitstekend en de recepten zullen door mij veelvuldig gebruikt worden. » Chris, mei 2016

« An energizing experience that I can recommend to all busy people open to new experiences in live. The perfect boost for me » Dominique, septembre 2015

« Ce fut un séjour absolument merveilleux du début à la fin: environnement authentique, bucolique et superbe face au mont Ventoux, compagnie des plus sympathiques, cours "magistraux" et consultation individuelle de ta part très intéressants, repas délicieux, ballades idylliques, massage et initiation à l'aromathérapie par Valentin qui est une personne exceptionnelle, pratiquant son art et ses compétences avec ce "supplément d'âme" que l'on rencontre très rarement... » Martine, août 2015