

Jeune thérapeutique Formation continue

Programme

Introduction au Jeûne Thérapeutique : une approche pour la santé et la régénération

- Découvrez les bases du jeûne thérapeutique lors de cette formation d'un jour.
- Explorez l'histoire du jeûne, les différents types de jeûnes, y compris le jeûne intermittent, et les avantages qu'ils offrent pour la santé.
- Apprenez à mettre en place une descente alimentaire, à effectuer une purge et à planifier une reprise alimentaire progressive.
- Explorez également d'autres méthodes de drainage et de régénération du corps.

Une journée pour comprendre comment le jeûne peut améliorer votre bien-être global