



Stage de Jeûne aux Crosets (VS)



11 – 18 octobre 2025

Expérimenter et vivre une semaine de jeûne à la montagne,
au chalet du cœur aux Crosets (VS)

Jeûner pendant une semaine vous offre l'occasion de vous ressourcer dans le cosy chalet du cœur dans l'intimité d'un petit groupe.

Mettre au repos votre système digestif en laissant le temps à votre corps de se régénérer, de se nettoyer et de se désintoxiquer.

C'est un jeûne hydrique selon la méthode Buchinger.

Au fil de la semaine vous allez randonner par tous les temps, peut-être vous tremper les pieds dans un ruisseau, laisser émerger votre créativité lors d'un petit atelier floral, méditer ... Et bien sûr vous reposer !

Chaque jour, un moment de partage est offert en groupe, ou sur demande, individuellement.

Tout est proposé, rien n'est imposé !



Irène Glauser, accompagnatrice

Depuis de nombreuses années, je pratique le jeûne. Cela fait simplement partie de mon hygiène de vie. A chaque fois, c'est un renouveau, une sensation de bien-être profond. Un plein d'énergie et de légèreté à la fois.

Les soins énergétiques (Reiki) et chamaniques au son du tambour font partie de mon chemin de vie. Je me mets au service pour accompagner les personnes qui se présentent à moi, à la recherche d'un équilibre et d'harmonie.

Le prix du stage pour une semaine :

CHF 890.- tout compris

Mode de paiement :

30% à la réservation, soit CHF 270.-

10% de réduction AVS-AI, ainsi que pour les inscriptions jusqu'à fin août

Solde : 15 jours avant le stage

IBAN : CH40 0900 0000 1743 4664 4

Lieu du stage :

www.lechaletducoeur.ch

Chemin des Anémones 12

1873 Les Crosets

Organisation :

Irène Glauser 079 740 00 33 irene.glauser@gmail.com

Gabrielle Jan-Guignard 078 601 15 35 g.guignard@g2sa.ch

