

Ayurveda

pour se préparer à l'automne et à l'hiver



www.shutterstock.com - 308859035

Atelier avec
Carole Zinsel
Médecin ayurvédique BAMS

12 septembre 2020
Samedi 9h15 – 16h15



www.santeparlayurveda.ch

Buts de l'atelier :

- Se préparer à l'automne et à l'hiver grâce à l'Ayurveda.
- Faire connaissance avec la routine ayurvédique adaptée à la saison.

Contenu :

- Réviser les généralités de l'Ayurveda et approfondir les routines saisonnières pour l'automne et l'hiver :
 - récapitulatif des *dosha*
 - routine pratique saisonnière
 - alimentation et idées de recettes
 - remèdes maison
 - choses à éviter
- Document pédagogique utile pour la routine personnelle quotidienne.

Délai d'inscription et de paiement : 1er septembre 2020, votre participation est confirmée avec le paiement.

Tarif : CHF 165.- Paiement à faire en 1x par TWINT ou sur compte UBS SA, Carole Zinsel
IBAN : CH72 0027 7277 8541 7140X

Nombre de participants : Min. 8 personnes, nombre d'inscriptions limité.

Lieu : Centre Ayurveda, chemin du Grand-Clos 8, CH-1092 Belmont-sur-Lausanne

Repas : Pique-nique de midi à apporter soi-même. Boissons chaudes à disposition.

Inscription : Carole Zinsel, info@santeparlayurveda.ch pour plus d'informations +41 79 393 50 71

Conditions de désistement : Pas de remboursement possible. Prière de s'annoncer en cas d'absence

Bulletin d'inscription

A renvoyer rempli lisiblement et signé

- par mail à info@santeparlayurveda.ch ou
- par poste à
Carole Zinsel
Centre Ayurveda
Chemin du Grand-Clos 8
CH-1092 Belmont-sur-Lausanne

Je m'inscris à l'atelier du 12 septembre 2020 de Carole Zinsel : Ayurveda pour se préparer à l'automne et à l'hiver au Centre Ayurveda, chemin du Grand-Clos 8, 1092 Belmont-sur-Lausanne. Je m'engage à payer la somme de 165.- francs sur le compte IBAN : CH72 0027 7277 8541 7140X pour confirmer mon inscription.

Nom :	
Prénom :	
Adresse postale :	
Adresse mail :	
No. tél. portable	
Je soussigné-e déclare avoir pris connaissance et accepte les conditions de participation mentionnées dans le présent document.	
Lieu et date :	
Signature :	