PROGRAMME



La santé du système digestif
Les plantes sauvages comestibles
Les plantes médicinales du système digestif
Fabrication de remèdes pour le système digestif
Les constitutions ayurvédiques

Mais aussi:

Repas gastronomiques riches en nutriments
Baignade
Séances de relaxation

MATÉRIEL A PRÉVOIR

- Habits adaptés, chaussures de randonnée
- Maillot de bain et claquettes
- Serviette de bain
- Sac à dos
- Bouteille eau, crème solaire, casquette
- Appareil photo
- Calepin et stylo