

ÉCOSYSTÈME DIGESTIF

LACTO-FERMENTATIONS

BIOÉLECTRONIQUE DE VINCENT

Du 11 au 16 octobre 2025

Au Domaine du Bonheur à La Coquille
(Dordogne)

*Stage co-animé par Laurence Gallais (naturopathe
et formatrice) et Christine Van Hoof (diététicienne-
nutritionniste)*

Les ateliers didactiques



Chaque jour, un atelier didactique vous sera proposé (et non imposé !)
Voici les thèmes qui seront abordés

- **Journée 1 avec Laurence Gallais**

Découvrir la lactofermentation

- Historique - les bactéries impliquées
- Les différents aliments lactofermentés
- Introduction à la bioélectronique de Vincent: santé/maladie - homéostasie

- **Journée 2 avec Laurence Gallais**

Pratique de la lacto-fermentation

- Choix des légumes à lactofermenter; taillage des légumes; choix des bocaux; associations goût/texture; température; les accidents de fermentation; conservation
- Confection d'une recette de lactofermentation

- **Journée 3**

Bilans de bioélectronique avec Laurence Gallais....

- Matin: pratique des bilans sur les stagiaires
- Après-midi: éléments de base de déchiffrage de bilans; comment redresser son terrain en faisant abstraction de tous les préjugés classiques; la nutrition n'est pas une religion!

- **Journée 4 avec Christine Van Hoof**

L'écosystème digestif - partie 1: un peu de théorie

- Les organes et les glandes du tube digestif et leurs fonctions
- Le microbiote; rôles des bactéries et de leurs métabolites
- Les muqueuses et le mucus
- La fonction biliaire
- *Activité surprise...Un peu de géobiologie*

- **Journée 5 avec Christine Van Hoof**

L'écosystème digestif - partie 2: les troubles digestifs et comment y remédier

- Les troubles de l'estomac: RGO, gastrite, ulcère
- Les troubles fonctionnels intestinaux: ballonnements, constipation....

- **Journée 6 avec Christine Van Hoof**

Individualiser son alimentation: manger selon son profil

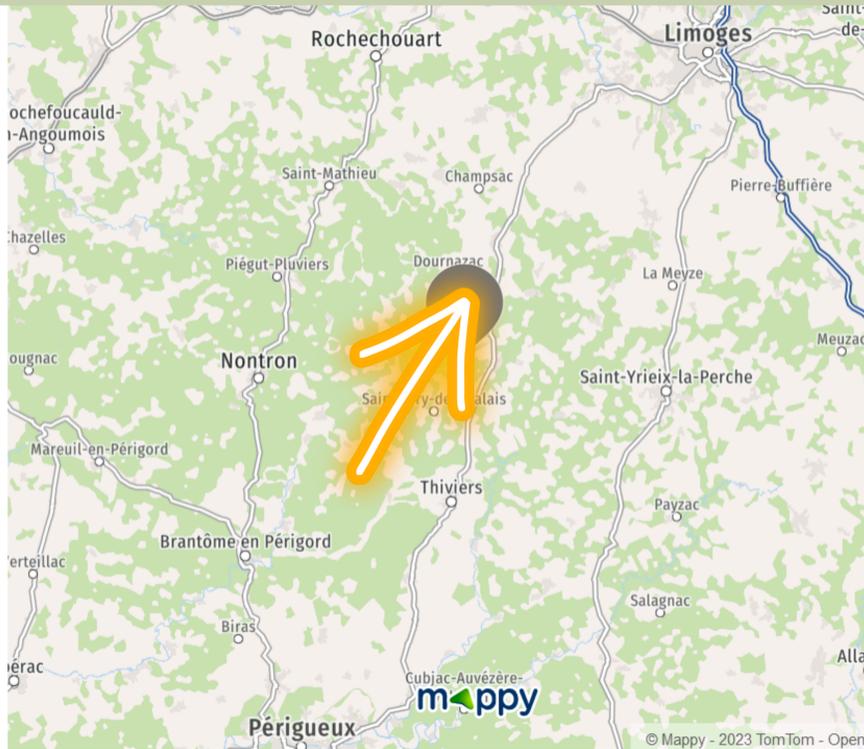
- Le profilage alimentaire
- Les géotypes



Détails pratiques

Le lieu: le Domaine du Bonheur

2938 route des Paroisses 24450 La Coquille
Parc Naturel Régional du Périgord Limousin



- **Le stage commence le samedi 11 octobre à 10H (possibilité d'arriver la veille), et se termine le jeudi 16 octobre après le repas de midi**
- Le tarif: **755 €** par personne jusqu'au 11 septembre; **795 €** après le 11 septembre
 - 10% pour 2 ou plus inscriptions simultanées

Le bulletin d'inscription se trouve à la dernière page du document

Ce tarif comprend:

- L'hébergement (5 nuits en chambre double)
- Tous les repas et collations du samedi midi ou jeudi midi inclus
- Les cours, les recettes
- **Le bilan bioélectronique avec Laurence (valeur 120€)**
- L'accompagnement
- Les ateliers didactiques
- L'atelier de géobiologie

Ce tarif ne comprend pas:

- Le linge de lit (supplément de 6€) et le linge de toilette (supplément de 6€) - possibilité d'amener vos linge de lit et de toilette
- Le supplément de 25€/nuit en chambre simple (si disponibilité)
- Les suppléments liés aux différentes sorties éventuelles
- La taxe de séjour: 0,75 cts par nuit et par personne

Bulletin de réservation à me retourner

Pour des raisons pratiques, le nombre de places est limité à 10 personnes

NOM.....Prénom.....

Adresse.....

.....

Telmail.....

Je réserve un séjour spécial printemps pourpersonne(s)

J'envoie un chèque d'arrhes de.....x 350€ soit..... € ou

J'effectue un virement de.....x 350€ : (les coordonnées bancaires sont en bas de page)

L'acquittement du solde se fera le jour de l'arrivée

En cas de désistement de votre part:

-Aucune retenue jusqu'au 15 septembre ; les arrhes sont remboursés

-A partir du 16 septembre: les arrhes sont gardés

En cas d'annulation de notre part vous serez intégralement remboursés

Votre réservation est à renvoyer avec votre règlement à l'adresse ci-dessous

Christine Van Hoof
2938 route des Paroisses
Lieu-dit Ruafon
24450 La Coquille

A

Le

Signature (précédée de la mention "lu et approuvé")

Christine Van Hoof 2938 route des Paroisses 24450 La Coquille



06 88 26 80 42



christinevanhoof17@gmail.com



www.cuisineetdecouvertes.com

Siret 443 447 578 00040

IBAN FR76 1090 7005 4954 2215 1950 418