

CENTRE DE NATUROPATHIE SAINTE HILDEGARDE VON BINGEN

ABBAYE DE MAREDRET



MODULE 1 :

- VIE ET SPIRITUALITÉ DE SAINTE HILDEGARDE ;

- L'ALIMENTATION SELON SAINTE HILDEGARDE - 1ÈRE PARTIE

Avec sœur Fidès

Quand ? Le samedi 8 mars de 9h30 à 17h

Thèmes abordés :

- La **vie** de sainte Hildegarde
- La **spiritualité** de sainte Hildegarde
- Les principes de l'**alimentation** selon sainte Hildegarde
- Les différents courants alimentaires
- Notions élémentaires de **chimie** : les glucides, les lipides, les protéines, les vitamines et les minéraux
- L'**épeautre** et les autres céréales

Frais du stage – 35 €

Repas de midi selon Sainte Hildegarde – 25 €

Où ? Abbaye de Maredret, Rue des Laidmonts 9, 5537 Anhée, Maredret

Inscriptions : *email* : welcome@accueil-abbaye-maredret.info

Tel : +32.82-21.31.83 (de 9h30 à 11h)

Site : www.accueil-abbaye-maredret.info