



Dany Culaud

Sème la vie



Du potager à l'assiette !

*Stage de cuisine vivante en Normandie
à la ferme du Bec Hellouin*

Samedi 24 et dimanche 25 août 2013

Animé par Dany Culaud et ses invités



Transformez votre assiette et augmentez votre énergie!

“ Je remercie Charles et Perrine qui m'accueillent pour ce stage dans leur lieu que je connais depuis plusieurs années et qui m'enchantent à chaque visite. La magie vous emporte le seuil franchi, chaque détail a été pensé, joliment arrangé afin que votre œil soit récompensé à chaque pas, puis l'arrivée dans les différents potagers est un ravissement pour chacune de nos cellules. Je suis sûre que comme moi, vous serez touchés par le lieu et ses habitants.

C'est un voyage au cœur du végétal que je vous propose, tout en sensorialité: une rencontre qui touchera tous vos sens. Exercer ces fonctions entraîne au niveau du cerveau un travail neurologique de connexions qui participe à l'installation de nombreuses capacités, pas seulement intellectuelles.

Nous savons aujourd'hui que l'expérience sensorielle est le chemin vers la connaissance. Comme la connaissance de notre milieu, de la terre qui nous nourrit, de la terre qui nous fait vivre.

En conséquence, nous améliorerons notre santé et le contenu de notre assiette. J'aurai un immense plaisir à vous accueillir pour ce stage unique!

Dany



Les temps changent, peut être grâce à la crise... Il serait bien de se nourrir mieux et ça ne coûte pas plus cher. Grâce à ma formation en naturopathie il y a 17 ans, mes ateliers de cuisine vivante auprès de particuliers depuis 15 ans, ou au centre de soins du Dr Hauschka à Paris, dernièrement au Château de Courances (91), et ma collaboration avec Brian Clement, fondateur du célèbre institut de santé Hippocrate en Floride, je vous guiderai **pas à pas pour mettre plus de cru dans votre assiette au quotidien.**

Passionnée par le règne végétal, j'ai toujours aimé travailler les légumes. Passer du potager à l'assiette sans transformation par la cuisson, assurer une qualité gustative, voilà mon défi pour retrouver plus d'énergie et de santé.

Participer à mon atelier de cuisine vivante, c'est partager ma passion, mon savoir, ma conviction que le cru est essentiel au quotidien. Chacun repartira avec la certitude de pouvoir appliquer facilement ma méthode à la maison.

Le potager sera à son apogée en ce mois d'août, avec plusieurs centaines de variétés de végétaux. Je vous ferai découvrir les bases de l'alimentation vivante avec les graines germées (incluses les céréales et les légumineuses), les graines oléagineuses, les algues fraîches, les jus de légumes, le jus d'herbe de blé, les multiples légumes à déguster crus, les fruits), etc. Les repas seront plein de surprises, gourmands, colorés.

Vous ne regarderez plus votre assiette comme avant.



Réalisation graphique www.cg-graphisme.fr

Contenu de la formation : "du potager à l'assiette"

Tarif
350 €

(hors hébergement)

Dortoir : 20 € (sans les draps)

Camping sur place possible : 10 €



Le stage inclut :

- 🌿 l'animation de la **cuisine vivante** par Dany,
- 🌿 **les déjeuners** du samedi et dimanche **et le dîner** du samedi, tisanes du jardin et jus de légumes en matinée,
- 🌿 la participation exceptionnelle de Charles Hervé-Gruyer, maître des lieux, pour deux prestations d'une heure. Il vous expliquera **le fonctionnement de la ferme, du potager en permaculture** et vous fera découvrir ses trésors au jardin,
- 🌿 et en exclusivité, la présence de Gabrielle Baud, réalisatrice de films évènementiels qui réalisera durant tout le week-end pour chacun de vous **un DVD sur les moments phares du stage, certaines recettes, le potager et ses secrets, et bien d'autres.**

Réservation : Dany Culaud Sème la vie

Pour s'inscrire, envoyer votre chèque à l'adresse ci-dessous, soit 200 € d'arrhes avant le 1^{er} août et la totalité du stage après cette date.

Tél. : 09 61 45 13 22

Port. : 06 19 95 65 95

dany.culaud@seme-la-vie.fr

4, venelle du vieux noyer 91370 Verrières le Buisson

www.seme-la-vie.fr / www.fermedubec.com

Aucun remboursement ne sera effectué, sauf en cas de force majeure. Les organisateurs se réservent le droit d'annuler le stage si le nombre de participants n'était pas suffisant.