



Retraite intensive  
d'une journée:  
une opportunité  
de changer

Le travail individuel dans un lieu de retraite procure plus de temps pour changer à un niveau plus profond. C'est le milieu idéal pour réagir à un appel de votre corps, à un symptôme, à une observation ou à un diagnostic. C'est le lieu et le moment parfait pour intégrer et traiter tout cela. Il sera conçu spécialement pour vous. Vous bénéficierez d'un soutien et d'une stimulation solides au niveau énergétique et spirituel, ainsi qu'un environnement calme, un espace confortable et des soins doux.

**Pour décider si vous êtes prêt pour le changement,  
considérez ces questions:**

**Que signifie la santé pour vous?**

**Comment saurez-vous que vous êtes en bonne santé?**

**Que souhaitez-vous faire dans cette vie?**

Le processus de changement est continu, mais grâce à un choix conscient et à une observation de soi, nous pouvons commencer à exploiter le pouvoir du changement pour concevoir plus pleinement nos vies quelles que soient nos circonstances.

Chaque personne a un destin unique, un plan unique pour cette vie et ce corps. Je puise dans les ressources profondes et vastes de la médecine chinoise et de la méditation bouddhiste pour proposer des traitements, des prescriptions et des applications de style de vie créées juste pour vous. Ils permettront au sens de votre vie et à vos plus belles aspirations de se réaliser, peu importe ce que la vie vous a apporté.



# Le meilleur médicament est toujours celui que vous choisissez vous-même.



Grâce à une exploration franche et ouverte de tout ce que vous êtes et de toutes vos options de soins de santé, vos choix seront motivés par la connexion, l'intuition et la perspicacité, plutôt que par la peur, le doute ou l'anxiété. Même face à un diagnostic compliqué ou inquiétant, la médecine personnelle est possible. Le meilleur médicament est toujours celui que vous choisissez vous-même.

Pendant un jour entier, vous pourrez vous permettre de vous arrêter complètement, mettre de côté les soucis quotidiens et les responsabilités de votre monde, de vous concentrer sur vos prochaines étapes dans votre vie, et sur les questions et choix concernant votre santé et votre vie. Soutenue par une évaluation et une conversation approfondies, des traitements, des repas, des mouvements et des innovations de style de vie, chaque retraite est conçue pour que vous vous retrouvez exactement là où vous en êtes, dans ce moment unique et particulier de votre vie.

Durant cette journée, vous pourrez vous immerger complètement dans l'environnement de la retraite. Comme une douche rapide ou un plongeon dans un ruisseau de montagne, une retraite d'une journée peut rafraîchir votre corps et votre esprit et vous préparer à affronter ce qui vient après avec confiance et clarté.





**Contact**

[info@acubelle.be](mailto:info@acubelle.be)

[annabelle@acubelle.be](mailto:annabelle@acubelle.be)

+32 497 89 56 69