






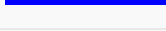
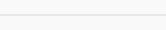
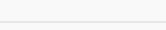
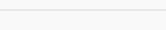
La vie en abondance - décembre 2020

158 participants

Question 1

Quelle est votre avis général sur le contenu de ce stage sur une échelle de 0 à 10 (0 : nul, 10 : top) ?

93 réponses

Réponse		Moyenne
Votre avis général sur la formation ?		5 / 5
La qualité des contenus - cours théoriques		4 / 5
La qualité des contenus - cours de cuisine		4 / 5
Le format : mixité entre vidéos et lives		4 / 5
La durée du stage		5 / 5
La communication entre vous et nous		4 / 5
Le rapport qualité / prix de la formation		4 / 5
La qualité des réponses du service après vente (réactivité, pertinence, écoute...)		4 / 5
La qualité des live		4 / 5

Question 2

Dites nous ce que ce stage vous apporté, et ce que nous pouvons améliorer

93 réponses

Réponse
<p>Merci pour ce stage qui a apporté des réponses supplémentaires à mes propres recherches !!!! Personnellement je ne vois rien qui puisse améliorer ce stage.... Je rêve juste de pouvoir en faire un en présentiel !!!!!!!</p> <p>Etant hygieniste depuis quelques années, j'avais des troubles du comportement alimentaire et j'avais des difficultés à établir mes repas à cause des combinaisons alimentaires. Avec ce stage, j'ai pu compléter les choses manquantes, comprendre les humeurs, cuisiner, et apprendre à me purger. Ce que je trouve dommage c'est aucune réponse n'a été donnée à toutes les questions sous chaque vidéo chaque jour, qu'il n'y a aucun support papier fourni et que les vidéos ne sont visionnables que 6 mois.</p>

Réponse

Bonjour, j'ai beaucoup apprécié cette formation, car j'ai des amis qui essayent de manger vivant le plus possible et c'est vrai que l'on est en meilleure forme, et l'on vous suit de puis un an et demi pour ma part pour eux c'est plus long. C'est vraiment agréable de pouvoir revoir les vidéos et les recettes. Concernant le livre je ne savais pas qu'il fallait s'inscrire sur YouTube, car je n'ai pas pu écrire de message, mais c'est pas grave, j'avoue je suis un peu nul avec tout ce qui a trait à la technologie. Un grand merci à vous, je vais essayer de prendre contact avec un naturopathe et faire un nettoyage du corps, que je redoute tant. Vous êtes géniaux continuez comme ça.

Bonjour, j'ai déjà suivi le stage de juillet mais comme Florian GOMET qui a suivi trois stages en présentiel, je pense que la remise en cause des croyances et habitudes-rituels est tellement importante qu'il faut vraiment taper plusieurs fois sur le clou pour qu'il s'enfoncé. Pas de culpabilisation mais responsabilisation : notre état de santé n'est pas de notre faute mais de notre fait ; il faut expérimenter et accepter que nous ne sommes pas tous guérissables tout de suite et complètement. Mais cent fois sur le métier, il faut remettre l'ouvrage ... Très satisfait de ce stage et des livres. Merci infiniment.

Les modules d'explications sur les 4 piliers notamment la respiration et le repos sont très intéressants. Pour moi, il manquait en jour 3 et 4 d'autres exercices de respirations (et pourquoi pas la Wim Hof). Pour les livres, des frustrations du fait de ne pas avoir les réponses à ses questions (qui n'étaient pas des demandes de posologies pour les purges mais des vraies points d'incompréhension de ma part) et au dernier livre je trouvais que la bienveillance ne ressortait pas suffisamment au profit de l'agacement. J'ai trouvé dommage de terminer le stage comme cela même si je pouvais en comprendre les raisons.

C'est le 1er stage auquel j'ai participé. Vous avez apporté beaucoup d'informations et il me faut le temps de les digérer...et mettre en place dans ma vie et vie de famille. J'ai aimé ces rdv du soir, ms je m'inscrirai sur un stage en présentiel. Rien ne remplace le contact l'échange direct. Je suis ravie d'avoir écouté ces vidéos toujours amenées avec pédagogie sans culpabiliser. Merci à vous, Colette

Le contenu de la formation est très bien. C'est bien amené et l'avancée des cours est cohérente. C'est hyper instructif. Les informations sont claires. Cependant je pense qu'il y a beaucoup trop de monde ce qui fait que le livre ne répond pas tellement à nos questions. Beaucoup prennent le livre pour des séances de naturopathie, cela pollue le chat et nos questions se noient dans cette masse de données. Je repars avec beaucoup d'interrogations et je trouve cela dommage. Peut être est ce le point à améliorer pour ma part. Malgré cela, félicitation pour votre travail et votre vision de la santé, qui moi professionnelle de santé, m'apporte beaucoup de réponses à mes interrogations.

malheureusement rien, beaucoup d'espoir et aucune retombée., aucune interaction

Ayant lu le livre d'Irène et regardé beaucoup de vidéos, ce stage est un bon complément. Cependant, même si elles sont nécessaires, les répétitions sont trop nombreuses et parfois des informations essentielles manquent. Par exemple, dans la longue vidéo sur les purges, aucune précision sur l'importance de jeûner à sec avant et après la purge à l'huile de ricin, et boire beaucoup avec les purges magnésiennes. Dans les livres, j'ai senti Miguel assez piquant dans ses réponses à un certain nombre de questions. Merci Irène pour ta douceur, ta patience et ta bienveillance de chaque instant.

Réponse

Un vrai déclic de compréhension globale des 4 piliers de l'alimentation vivante . J' avais besoin de comprendre les différents mécanismes et interactions. Les paroles étaient claires et convaincantes. Merci à tous les intervenants. Je reviendrais à vous quand j'aurais tout lu et réécouté. J' ai déjà tous les différents ustensiles et les algues fraîches et je mange presque que vivant. je vous recontacte au début de la nouvelle année qui s'annonce très prometteuse. Merci, merci, merci , je vous aime d'avoir éclairée ma vie . Passés tous de bonnes fêtes de famille et une bonne fin d'année!

Bonjour à toutes l'équipe d'Irène, je vous remercie pour cette voie de bien être et d'espoir surtout, que vous nous transmettez, l'espoir de recouvrir la santé et de nous libérer de tout les démons qui nous rongent, et nous gâchent la vie, ceci dit votre formation a renforcé mes convictions et même si elle manque de détails mais reste un bon coup de pouce pour les plus retissant a faire une transitions alimentaire. Voilà encore un grand merci pour cette nouvelle perspective de retrouver enfin le bonheur et quiétude.

Bonjour J'ai appris beaucoup de détails, ca fait 2 ans que je vous suis et que je pratique des purges et un plan selon Irène, donc je savais déjà pas mal de chose. J'ai souhaité avoir plus de réponses sur les questions lors du live et non des redites des vidéos . Pour tout dire, j'ai appris encore plus de détails, mon objectif étant d'emmener toute ma famille dans cette alimentation, donc si j'ai les arguments et les explications c'est encore mieux 😊 Merci pour ce que vous faites 😊 c'est merveilleux.

J'ai appris l'essentiel, il me semble, j'étais justement en train d'expérimenter la sortie d'un jeûne de dix jours lorsque je me suis inscrite, j'ai donc bien dans l'ambiance, j'apprécie beaucoup l'état d'esprit des intervenants, notamment Irène qui est formidable. Merci beaucoup, Laurence

Beaucoup, beaucoup de connaissances. On aimerait néanmoins en apprendre encore davantage, que certains sujets soient plus détaillés. Merci à vous tous pour ce stage passionnant. On a hâte de pouvoir en faire un à Graveson.

Ce stage m'a apporté confirmation à tous ce dont j'aspire depuis plusieurs mois. Merci. Belle surprise avec Florian Gomet. J'adhère, j'adore. Continuez. Vous êtes merveilleux. ☺☺☺☺ MERCI Aude

Réponse

Bonjour, Merci pour ce stage et surtout pour ce que vous faites : transmettre un art de vie et de vivre ensemble et connectés qui ne se traduit pas qu'en cuisine mais aussi en mode de vie, de croyances, et d'élévation de l'âme. Nous allons tous en avoir bien besoin car l'année à venir (et suivantes ?) est une transition qui risque de faire mal surtout aux plus démunis. Continuez je vous en prie, essayons tous d'aller dans les vibrations les plus hautes que nous puissions atteindre. C'est un peu hors sujet, mais j'avais envie de vous livrer ici 2 liens que j'ai découverts hier, car je regarde sur Youtube le soir Jenna Blossoms, très belle personne qui fait des méditations et qui a réalisé l'interview suivante :

<https://www.youtube.com/watch?v=uGthwWSZpp0> : "se préparer aux changements sur Terre Interview de Sylvain Didelot" A voir absolument ! Ça a tellement été incroyable pour moi de visualiser cette interview que j'ai ressenti le besoin d'en savoir plus, de confirmer ou infirmer ce que je venais d'entendre. Youtube propose des vidéos en fonctions de ce que l'on a vu et du coup je suis tombée sur Geneviève Delpech (la femme de Michel, décédé) que je connais pour avoir lu ses livres. Elle est une médium reconnue et a notamment participé avec la police à résoudre des affaires criminelles (tout cela de manière bénévole). Conseillée par le père Brune qu'elle connaissait, elle a accepté de témoigner et donner son éclairage et publier aussi bien qu'elle voulait rester dans l'ombre. Voici son éclairage, très intéressé qui corrobore le 1er : <https://nurea.tv/predictions-avec-genevieve-delpech/> à voir également. Pour information, je ne "verse" pas dans l'ésotérisme. Je suis en revanche ouverte à différentes choses que je ne connais pas forcément y compris celles que l'on n'explique pas (encore). Je me permets de vous soumettre ces liens, car cela va dans le même sens que vos initiatives : dans la bienveillance, informer les gens, réveiller les "endormis", pour une bonne cause commune qui nous concerne nous humains mais également la vie (et la cause) animale, la vie végétale et notre si belle planète. J'aurais aimé avoir votre éclairage sur le sujet... Je suis personnellement en questionnements depuis. A lire aussi les excellents livres de Didier Van Cauwelaert "Dictionnaire de l'impossible" en 2 tomes, c'est époustouflant !! Tout ce qu'il mentionne est dûment sourcé, documenté, on peut aller vérifier. Que vous soyez aidés pour continuer votre œuvre et votre chemin de vie. Avec toute mon affection et longue vie à Irène (et aux autres bien sûr !) Corinne

J'ai eu du mal à tout visionner d'un coup je crois que le temps des vidéos était trop long, en tout cas par exemple après avoir visionner les 3 vidéos du soir j'avais du mal à enchaîner avec le live car ça commençait à faire beaucoup pour mon cerveau et mes yeux ! Enfait le contenu est super intéressant et génial bravo pour votre travail exceptionnel. Evidemment un stage en ligne n'est pas évident à préparer et à doser, et comme on peut garder le contenu jusqu'en juin ça ne m'a pas déranger de ne pas tout voir d'un seul coup merci encore et bonne continuation, Amédée BERIOT.

Réponse

Bonjour Irène, Miguel, Aurélie, Éric et votre équipe, Merci beaucoup pour ce stage des plus informatifs, créatif et stimulant! A date, je n'ai pas complété tous les modules. Heureusement qu'ils sont disponibles pour 6 mois! J'apprécie la répétition de l'information sur l'alimentation vivante et la finesse de la transmission que vous avez faite, car elle m'a permis, tel un effet spirale, de revenir visiter mes options alimentaires et leurs conséquences dans mon parcours d'évolution sur 70 ans, tels des signaux invitant à une transformation. De plus, tel un bilan de vie dans le sens de la Vie et de l'Intelligence créatrice en moi, l'intelligence universelle. Je me sens unie à la nature dans le moment présent lorsque je crusine. Là, cela fait sens. J'ai compris, plus que jamais, que je suis frugivore d'abord, que les quatre piliers facilitent mes ancrages pour laisser émerger la Vie. Respiration, jus de légumes, graines germées, crudités: légumes de terre, de mer et fruits et une soupe crue chaude font partie de mon alimentation complète quotidienne, quand je ressens la faim. Mon sommeil est récupérateur et l'élimination des résidus métaboliques, facilitée. Ainsi, je choisis d'élever tout mon être à la fréquence du Cœur, au service de la Vie. Merci d'être là pour partager vos expériences et connaissances avec Amour et Conscience! Dans le contexte Covid-19, en voyant Irène à 90 ans, remplie de vitalité, j'ai choisi de m'inscrire au stage 2.0 afin de prendre son exemple et décidément de m'engager dans la voie de l'alimentation vivante, régénérante, tout de bon! Je me suis sentie attirée par le processus offert par Irène, Miguel, Aurélie et Éric. A 70 ans, je ne prends pas de médicament. Je comprends les signaux de mon corps. Ainsi, il y a deux ans, un herpès au côté droit m'a signalé une transformation majeure à faire. J'étais végétalienne. J'ai noté ce que je mangeais, les réactions de mon organisme et plus est, mon hygiène de vie. J'ai enlevé les grains céréaliers et d'autres grains entre autres, les légumineuses. J'ai pris soin de mes systèmes immunitaire, nerveux entre autres, les émonctoires. Et puis, au détour de mes explorations, je me suis tournée vers les produits animaux bios: oeufs, fromages de brebis, viande, notamment, croyant que j'étais carencée. J'ai lu l'ouvrage des nutritionnistes Louise Lambert-Lagacé et Josée Thibodeau: «Au menu des 65 ans et plus» où ces auteures affirment que les protéines les plus performantes se trouvent dans les aliments d'origine animale. J'ai expérimenté pendant 6 mois. Je me suis aussi inspirée de Marion Kaplan, de ses livres. J'ai lu aussi les livres de Jacqueline Lagacé en lien avec l'alimentation hypotoxique. J'ai arrêté et réintroduit des grains entiers sans gluten. J'ai cuit les aliments au «vitaliseur» dans l'intention de conserver leurs propriétés et d'éliminer les toxines. Finalement, j'ai compris que même si c'est 5 minutes, c'est de la cuisson tout de même. Oh la la! Je suis revenue à l'alimentation vivante avec les cours de crusine de «Crudessence» que j'avais suivis en 2015 et 2016 à Montréal. Votre stage en ligne, ainsi que les vidéos de recettes le précédant, m'a permis d'intégrer mes expériences et connaissances aux vôtres. J'ai introduit les algues du lac Klamath et d'autres algues comestibles issues de la Gaspésie: «Un Océan de saveurs». J'ai repris des mini-pousses et des germinations. J'ajoute des herbes fraîches et séchées ainsi que des fruits oléagineux trempés, germés, déshydratés ou non. Je fais mes jus. Le germoir «Easygreen» commandé de Biovie sera à mon service bientôt. Je suis mon intuition pour me restaurer. Je me sens en santé, vitalisée. J'écoute mes inspirations. Je me fais confiance! Je choisis ainsi de réinventer ma Vie qui ne demande qu'à se déployer dans les hautes fréquences. Je suis engagée envers moi-même, autonome et responsable de mes choix justes et équilibrés. Je souhaite recevoir plus d'explications et de références concernant les protéines, les enzymes, les glucides, les lipides, les fibres prébiotiques, les probiotiques autres notions sur le lien «intestins-cerveau», favorisant l'intégration des paradigmes alimentaires de l'alimentation vivante. Je suis consciente que mon mental s'anime et réagit au nouveau. Toutefois, j'accueille, je respire et le prana dissout ces idées, ces pensées obsolètes, ces peurs du manque, dans la lumière de la connaissance intérieure naturelle, universelle. Les modules du stage 2.0 m'ont grandement intéressée. Et puis, j'ai hâte de lire le livre d'Irène, «La Vie en abondance» que j'ai commandé aussi! D'autres ouvertures d'esprit s'en suivront, j'en suis persuadée! Je vous souhaite d'autres moments lumineux, joyeux, pour des enseignements si éclairants. Merci de sourire à la Vie en abondance, tout de bon! Joyeuses fêtes à chacune et à chacun! Maria Gagnon, Magog, Québec, Canada

Réponse

Bonjour, Ce stage n'a fait que confirmer mon intuition et intention de tendre vers ce type d'hygiène de vie. Ce qui m'a le plus interpellé, surpris c'est l'impact positif qu'elle a sur la psyché. Concernant le stage, mis à part le rythme soutenu, dense, rien à dire. La seule critique concerne peut-être le live. Beaucoup de monde, de questions et donc de difficultés d'avoir sa réponse. Et pour autant je ne pense pas qu'il soit aisé de satisfaire tout le monde. J'ai aussi beaucoup apprécié les interventions de Miguel pour recadrer le collectif, remettre de la cohérence. Et je terminerai en disant que vous formez une belle équipe et que vos qualités sont complémentaires pour cette formation. Cette formation m'emmène à la suivante, le stage présentiel.

☐ Le clou est bien enfoncé dans ma conscience !! ☐ Stage convivial, riche et vibrant ☺ ☐ Ce stage m'a éclairé profondément, et aussi m'a fait prendre encore plus conscience du monde à l'envers dans lequel les locataires de la planète vivent !! Ainsi que de l'intensité des croyances et de l'ignorance que l'humanité porte, moi la première ! ☐ Des croyances qui nous rendent prisonnier de notre souveraineté et déconnectées de l'énergie Universelle. ☐ Je ressens ce stage comme une marche supplémentaire dans une d'évolution personnelle, la continuité d'un processus dans mon développement : comme une Corde de plus, ici en OR, à mon arc. Et celle-ci, me touche profondément. ☐ Le bon sens d'Irène, sa simplicité, son humour, son franc parlé sa générosité sont extraordinaires. ☺ Un amour d'Irène ! Je l'aime ! ☐ Je trouve que les membres de l'équipe sont aussi très complémentaires et très intéressants. Une belle équipe ! Moi qui suivait Irène sur YouTube depuis des mois, ce stage a approfondi mes connaissances dans tout ce qui tourne autour de l'alimentation vivante, la déshydratation, les graines germées, les purges... Je me passionne pour ce domaine. Je suis une convaincue et ma vie s'adapte entièrement autour de ceci. J'y découvre de l'U positif ! Du haut de mes 54 an, en pleine reconversion professionnelle, je me lance dans des ateliers de cuisine et dans une dynamique de sensibiliser les personnes. J'aime le préventif plutôt que de soigner. Durant le stage j'aurais aimé que le chapitre des jeûnes et des purges soit un peu plus approfondi et clair au niveau des infos et du mode d'emploi à pratiquer. Surtout quand on découvre. Aussi, j'aurais aimé que l'on parle un peu plus de chaque produit et de leur mode d'emploi. Comme leur prix, etc ... Car il est cité 4 produits, mais on a surtout parlé de 2 produits : un pour la purge saline et l'autre pour l'huile de ricin. Sinon je suis très très contente de ce stage. Le système de garder les vidéos 6 mois et très intéressant. J'ai passé de très bons moments en votre compagnie. Je souhaite rester connectée avec l'équipe et souhaite faire un stage en présentiel au premier trimestre 2021. Alors on se dit à très vite. ☐ Tout de Bon ☐

Ce stage m'a éclairée sur le pourquoi de qui je suis. Et je cherchais depuis un certain temps. L'interaction lors du dernier live m'a un peu déçue. Bien qu'il était intéressant de partager l'expérience de votre invité que je suis, le questionnement des stagiaires à de fait été moins bien pris en compte. Cependant, je vais consulter les ouvrages de Nelly et Miguel au sujet des purges et des huiles essentielles. Je vous remercie tous pour nous intéresser si simplement à notre devenir. Bien à vous. Gaëlle

Ce stage m'a vraiment convaincu à changer d'alimentation, j'ai enfin compris tous mes problèmes de santé et comment prendre soin de mon corps, Merci infiniment Pour moi vous avez été parfait donc continuez comme ça Belle soirée

Ce stage m'a permis d'approfondir des connaissances. Il est simple, accessible. Tout mon corps est en réception et cela m'a permis d'augmenter le cru dans ma cuisine, j'ai même fait l'expérience très rapide de manger des pâtes et de voir le lendemain les répercussions sur mon corps. Merci beaucoup pour le sérieux, votre présence. Très belles fêtes

Réponse

Ce stage m'a permis de mieux comprendre le fonctionnement du corps, ses besoins et ses modes d'évacuation des résidus. La nécessité aussi de passer par des étapes pas marrantes pour aller bien, pour gai rire dans un corps harmonieux. Mais je n'ose pas encore m'octroyer une purge huile de ricin... Je n'ai pas assisté aux live, trop tard en soirée pour moi. La possibilité de revoir les cours et les recettes sont une très bonne idée. Je vous retrouve volontiers en avril pour un stage en présentiel. Merci à vous d'avoir organisé ce stage en vidéo, c'est déjà une réelle approche.

Bonjour, je suis ravie d'avoir participer au stage. Ce stage m'a apporté beaucoup de nouvelles connaissances, j'ai découvert la crusine, de bons conseils sur les graines germées, les algues....J'ai appris de nouvelles techniques de respirations grâce à Miguel. J'aime beaucoup l'approche de la vie d'Irène par rapport à nos pensées que nous émettons, j'ai noté ces phrases précieusement.... Ce stage m'a apporté beaucoup de joie, de douceur et de bienveillance surtout dans la période actuelle, il me redonne confiance pour bien avancer. J'étais très heureuse de retrouver l'équipe d'Irène et Irène chaque soir. Et enfin Irène est lumineuse, rayonnante, elle transmet beaucoup de sagesse. Merci infiniment. Sophie

Bonsoir à tous, Je me suis ré-ga-lée, j'ai absorbé vos vidéos, vos paroles ont raisonné comme une évidence, reste la mise en oeuvre et là J'ai déjà supprimé en très grande partie le pain, les pâtes, la viande, introduit le fenugrec germé, les noix trempées, quelques soupes crues chaudes. J'ai compris pendant ces 4 jours le pourquoi de mes petits tracas, il faut que je ré-écoute, la répétition et la compréhension pour passer aux actes. Les personnes formées par Irène et Dr Miguelery ne sont pas dans mon département (Aude) ni limitrophes, un accompagnement pour les purges me sera pourtant nécessaire. A voir en début d'année. Je me remercie de m'être inscrite au dernier moment, et je vous remercie pour votre générosité et votre volonté de transmettre, pour moi c'était assez dense, les lives aussi qui permettent la répétition. Je souhaite à toute l'équipe une très belle fin d'année avec de belles recettes crues, je vais essayer le cheese-cake d'Aurélië à la mangue et la pâte crue aux noix du Brésil. Surtout continuez ! Cordialement, Marie-Hélène

C'est une super idée, dont j'ai bénéficié à fond : merci ! Je trouve que parfois Irène et Miguel donnent pour acquis que les gens ont compris que la médecine symptomatique n'a pas de sens dans ce système holistique. Il suffit de lire les commentaires pour comprendre que tous demandent des "recettes" pour leur maladie ou leur symptôme. il faudrait insister plus sur le fait qu'il n'existe qu'une maladie qui s'exprime de mille et une façons mais qui n'a qu'une cause : une alimentation non adaptée à notre système digestif (cuit, animal, transformé ...) J'invite donc à améliorer un peu la communication pour que le message passe mieux et qu'il atteigne le plus grand nombre de personnes. En tout cas, merci !

Bonjour Irène et toute l'équipe Je vous remercie pour votre disponibilité et la qualité de vos cours, le rapport qualité prix, rien à dire . Je me suis inscrite à vos cours l'été passé (juillet) parce que je m'intéresse à l'alimentation vivante. ensuite j'ai commencé la transition, j'ai perdu 14 kg depuis juillet. J'aimerais apprendre vraiment la lactofermentation. je perd beaucoup de légume avec ma conservation actuel. je fait un jardin. Je ne sais toujours pas comment poster des questions dans le live. J'aimerais aussi savoir si biovie poste les algues fraîche en suisse? Tout les moments vécu dans le cours sont tous les points fort. Mais ce que j'ai aimé c'est la pratique des deux forme de respiration. Et les conseils d'irène concernant comment faire manger du vivant à toute la famille. j'en parle à tous mes amis du bienfait du vivant et quant je suis invitée au lieu du vin je ramène du jus de légumes pour l'apéro .Je me prépare pour aller vous voir physiquement assister à vos conférence au maroc dès que c'est possible. Merci pour tout ce que vous m'enseigner , Merci pour vos disponibilités . PS: la soupe chaude de champignons est absolument délicieuse.

Réponse

Formation riche d'enseignement, que du bon !! du positif dans ce monde triste. On ne s'en lasse pas, on vous écouterait parler tous les jours. Quelle leçon de vie. Plus de réponses aux questions posées dans les lives seraient un plus. Un grand MERCI Irène et Miguel pour votre joie de vivre. Et que du bon pour la nouvelle année !!!
Bonnes fêtes à tous

Bonjour, Déjà un grand merci. Vous êtes une belle personne. Donc oui après avoir été conquise par le vita liseur de Marion, me voilà bien perturbée par l'alimentation vivante. Eh bien je me remercie de m'être inscrite à votre formation car elle m'a convaincue dans mon choix de privilégier à présent l'alimentation vivante. J'ai découvert la lactofermentation, c'est vraiment très bon et puis les cures de fruits. Manger quand j'ai faim, tant que c'est du vivant, je suis heureuse et n'est ce pas là la quête tant espérée. Que pouvez-vous améliorer ? La formation m'a convenue donc peut être au niveau du live, un peu tard si l'on veut poser des questions, mais comme je suis restée une élève timide préférant l'écoute à la participation écrite, j'aurais pu visionner ce live, je pense, à une heure qui me convenait davantage. Lorsque j'ai accédé le premier jour à la formation, à 18 heures, je ne m'attendais pas à un exercice de respiration. Je ne m'étais pas préparée à être allongée. Peut être aurait-il été intéressant que Miguel explique la respiration de Wim Hoff et qu'il enchaîne avec l'exercice. Voilà, c'est tout. C'est un rendez vous que je n'aurais pas manqué. Merci encore Irène, Miguel, votre duo était très complice et complémentaire.

Je suis déjà sensibilisée à une alimentation et une hygiène de vie qui tend vers ce que vous expliquez : jus, algues(biovie), graines germées depuis 3 ou 4 ans déjà et ai écouté bcp de vidéos d'Irène et sa fille et bcp d'autres qui tendent vers l'hygiénisme. Ce stage m'a apporté une ligne directrice avec ts les essentiels nécessaires pour construire son cheminement à la grande différence de ce qui existe sur internet et dans lequel on peut se perdre. Dans les lives, j'aurais aimé également entendre des réponses aux questions pour des personnes déjà sensibilisées.

bonjour, je suis enchantée d'avoir participé à cette formation ; je suis passionnée par toute cette démarche ; votre formation m'a vraiment donné envie de continuer à aller vers plus de cru, même si, pour l'instant, je n'ai pas envie d'abandonner le cuit et surtout les légumineuses que j'adore.... car j'aime préparer des petits plats, surtout végétarien. j'ai regretté de ne pas pouvoir accéder aux cours de crusine le jour où cela a été envoyé car dysfonctionnement qui a été réglé au 1er jour de cours, donc j'ai raté le aussi le live en direct, mais vous m'avez toujours répondu et je vous remercie ; du coup j'ai suivi un peu en décalé ; j'ai beaucoup aimé votre humour et la simplicité des explications ; je reconnais que je suis déjà beaucoup dans la démarche neuropathique donc je n'ai pas été surprise par les propos exposés ; grâce à vous mon enthousiasme s'est emballé ; j'ai beaucoup appris par contre sur les explications des purges que je ne pratiquais pas et je vais m'y mettre car, je cherchais désespérément à savoir ce qui pourrait m'aider à nettoyer la lymphe... puisque mon problème part de là ; et que, j'ai alors compris que les purges permettait la vidange lymphatique. j'ai hâte de lire le futur livre de Miguel ainsi que celui de Irène La vie en abondance ; j'ai déjà la cure zen de Nelly et Miguel. je regrette qu'il n'y ait pas assez de documents, recettes... j'ai commencé aussi à faire de la fermentation avec des échecs et des réussites, je vais suivre vos conseils car je ne m'en sers pas assez ; en fait je fait tout ce que vous proposez, mais j'utilise en trop petite quantité, ce stage m'a permis de mettre le doigt sur mes failles, je dois absolument augmenter mes doses de graines germées, lactofermentation, fruits et jus verts.... Merci pour vos lumineuses transmissions faites dans la joie, la simplicité et la bonne humeur. pour l'instant je n'ai pas trop de succès avec la déshydratation et j'avais abandonné l'idée, j'ai fait cette été déshydrater du raisin, il a fallu quasiment 3 nuits pour obtenir un résultat assez médiocre donc sûrement 1 consommation excessive électrique... je n'ai pas encore regardé votre exposé sur le sujet. je ne manquerai de tout regarder à nouveau. Merci à vous tous et toutes mes félicitations à Irène qui est un exemple pour nous tous. Tout de bon Amicalement Fabienne si je ne m'en sors pas seule, je prendrais rv avec l'un d'entre vous

Réponse

merci pour ce stage tres interessant. pour moi il m a donne un coup de boost car mon energie a continuer le cru diminuer. je realise un peu plus tous les bienfaits de cette alimentation et le benefice sante que cela m apporte. continuer dans cette voie car on a besoin d entendre et reentendre tous ce que vous avez a nous enseigner encore merci a vous tous

J'ai beaucoup apprécié ce stage .Je regrette qu'il n'y ai eu que 2 vidéos sur la respiration ,j'aurais aimé qu'il y en ai plus ,parce que justement cela m'a fait beaucoup de bien .Je pense qu'il y a un soucis pour donner notre avis ,l'échelle ne va que jusque 5, donc pour moi c'est 10 partout sauf contenu où je mettrais 8; Bravo encore Marie

Merci de tout coeur pour nous permettre d'être près de vous et de bénéficier d'une grande partie de vos enseignements, que ce soit Irène, Aurélie, Miguel ou Eric. Les réponses notées seulement avec un 3 sont dûes au fait que je n'ai pas utilisé ces services, habitant en Catalogne espagnole, les frais d'envoi son trop chers, bien à mon regret je cherche d'autres alternatives en Espagne, bien que ce ne soit pas le top, mais c'est ce qu'il y a... Ayant assisté au stage de septembre, j'ai pas mal hésité à refaire un stage avec si peu de temps de différence car je me doutais qu'à part les cours de cuisine et les lives pour le reste ce serait les mêmes vidéos, ce qui me paraît tout à fait normal et cohérent car de fait pratiquement tout est dit dans ces vidéos et le scepticisme du doute s'est vite estompé car écouter, ré-écouter plusieurs fois les vidéos fait que le concept, la connaissance qui pourraient être transmis à autrui se font plus précis, plus fermes, bien ancrés dans mes convictions. Le prochain j'aimerais le faire presenciel pour vous exprimer encore et encore.!!!... Quand aux lives, buuuuufffff, que vous dire ! Oui, un grand MERCI pour votre PATIENCE car vraiment j'ai souvent l'impression de revenir sur les bancs du primaire, pour moi il n'y aurait presque pas besoin de live car tout est déjà dit dans les vidéos comme le répète si souvent Miguel, mais j'y assiste quand même car il y a toujours quelque chose de bon à prendre et merci d'avoir invité Florient pour le dernier live, un super témoignage bien qu'ayant visionné auparavant la vidéo d'Eric. Voilà MERCI encore et encore, à très bientôt in person je l'espère et comme dit Irène : TOUT DE BON TOUT DE BON. Joyeuses fêtes à chacun de vous.

J'ai adoré ce stage, un grand merci pour tous vos précieux conseils! J'aurais cependant modifié le déroulement du stage car vos soirées finissent très tard.. Peut-être laisser l'accès aux vidéos le week-end (2 modules sur un week-end) et le live un soir de la semaine pour les questions de ces 2 modules. idem pour la semaine suivante. Ou alors laisser l'accès aux vidéos dès le matin pour ceux qui peuvent les consulter dans la journée, et faire le live un peu plus tôt. Le dernier module de stage est étrange : 1ere vidéo d'Irène qui dure seulement 16 mn et obligé d'attendre 1h30 avant de visionner la suite... c'est peut-être à modifier pour les prochains stages

Réponse

Dans l'ensemble, je suis ravie d'avoir découvert ce stage. Mais ayant déjà regardé beaucoup de vidéos d'Irène, je savais déjà pas mal de chose et j'attendais de ce stage un peu plus de concret sur les thèmes. La respiration était très bien mais les explications sur leur utilisation notamment n'était pas expliqué pour la première. Les cours de crusine sont sympa, mais idem je les trouvaient très long pour peut d'explications, je m'attendais également à y découvrir des explications sur l'utilisation des ingrédients afin de connaître dans quel cas les utilisés, comme des exemples de menu quotidien afin d'avoir un modèle équilibré. Même reproches sur les purges. Et enfin le gros point négatif est le manque de réponse. Je ne parle pas de question de naturopathie mais de questions générales sur beaucoup de thème (respirations, jeunes, purge, graines germés...) ou il y a eu souvent les même questions et sans réponses. Le reste était vraiment sympa, l'accès aux modules, les heures sont assez pratiques. Etant déjà bien renseigné avant de m'offrir ce stage, je m'attendais tout de même en le finissant à me lancer vraiment dans le cru en suivant toutes les étapes fondamentales comme le jeune, purge, crusine, respi.... mais me rend compte qu'il y a encore beaucoup de questions sans réponses et je vais devoir chercher les réponses ailleurs avant de me lancer ce qui me laisse sur un sentiment de non acquis. Tout de bon Géraldine

Bonjour, Je pense qu'il est très important de signaler en amont que cette formation est destinée aux personnes désirant s'informer. C'est-à-dire, les personnes qui ignorent l'alimentation vivante... Ceci dit, je suis extrêmement déçu de la qualité de la formation, trop de répétitions, contenu pauvre en informations. Personnellement, je n'ai rien appris... sauf les séances avec Miguel que j'ai apprécié😊. Dommage, j'ai perdu de l'argent et du temps si bien même que Irène est exemplaire, formidable, merveilleuse. Je suis ces conseils précieux depuis longtemps. Donc selon moi, la formation ne vaut pas son prix et ni pour son contenu. On peut voir tout cela sur YouTube. Je vous conseille de bien stipuler dès le départ à qui s'adresse cette formation. Ce serait également sympa de répondre aux questions lors de la formation. Je suis désolée de vous remettre un avis négatif. J'ai déjà suivi des formations avec Thierry Casasnovas ou Justine Lamboley bien plus organisés et plus professionnels. Aussi il n'est pas vraiment agréable même si cela m'a fait bien sourire au départ de voir Eric ou Aurélie se balader à l'arrière pendant le tournage 😊. Malgré toutes ces remarques, cela n'empêche pas de commander chez Biovie😊. En espérant avoir une réponse de votre part. Merci.

Bonjour à vous 3, ce stage m'a apporté enfin la lumière que je cherchais depuis il me semble toujours !, je suis émue de voir que la Vie est si simple et que notre organisme en lui donnant le bon carburant est une merveilleuse usine de BONHEUR !!!, ça fait deux mois que je mange cru et vivant, j'ai du chemin à faire, mais quelle beau chemin ... Merci de tout cœur Irène, Miguel et Eric...

Le stage était progressif dans la délivrance des informations souvent répétées d'ailleurs pour nous permettre de bien assimiler. Les cours de cuisine étaient clairs. J'ai d'ailleurs commencé à m'y mettre. Bref j'ai beaucoup apprécié

Bonsoir. Ce stage a été très bénéfique pour moi, une belle ouverture. J'ai vraiment appris beaucoup de choses au travers de toutes les vidéos présentées. Je vous en suis très reconnaissante. Maintenant si il y a quelque chose à améliorer, je ne sais pas pour l'instant. Cela me semble bien. Merci à vous tous. Je vous souhaite une belle continuation. Isabelle

Réponse

Très très belle découverte ! Tout petit bémol émotionnel d'un soir : Contrairement à ce que Miguel a affirmé en réponse (qq peu sèche à un internaute) le dosage n'est pas assez explicite ; pour vous naturopathe expérimentateurs et experts il y a des évidences qui ne le sont pas pour des débutants. En effet pour les purges j'ai retenu 3 4 cuillères d'huile de Ricin et 2 cuillères à soupe de Chloromagène par ex (et oui je relirai mes notes et revisionnerai les vidéos)... mais à quel rythme, une/ 2 prises ? sur quelle durée ??? Dans le premier live vous expliquer clairement combien la répétition est essentielle dans les apprentissages, et là il y a eu comme un refus de redire ce dosage si rapide pourtant. En même temps je peux tout à fait comprendre qu'en live vous préserviez vos recettes d'alchimistes. Il aurait suffi de le dire avec un peu plus de douceur et d'invitation. Bref... Vos lives étaient cependant calmes et sereins dans vos prises de paroles. Très appréciable. Pour moi qui ne suis pas abonnée à youtube (digitale réfractaire) ne pouvant poser des questions, les vidéos précédentes sont les trésors de la formation. En tant que novice j'aurai préféré du présentiel... que je vais certainement m'offrir. Au plaisir

Stage bien conçu, extrêmement intéressant, enrichissant, compréhensible et qui confirme ce que je pensais déjà depuis un moment : nos maux viennent de l'alimentation. Vous avez une communication extraordinaire et j'espère qu'un grand nombre d'entre nous allons trouver la force nécessaire pour suivre votre exemple. Bravo à vous, merci de nous partager votre savoir "tout de bon"

Ce stage m'a vraiment enrichi dans les domaines de la respiration, du repos (je ne me repose pas assez..) , j'ai aussi bcp appris sur les humeurs, les purges, l'élimination. Les cours de cuisine m'ont aussi beaucoup plu, je ne pensais pas en apprendre autant pendant ce stage. J'ai vraiment développé mes compétences en alimentation vivante depuis la découverte des stage de crusine en mars cette année. Merci à vous, un grand changement dans ma vie et autour de moi car je partage toujours beaucoup !!

Bonjour C'est intéressant. Peut être trop généraliste pour moi. Mais ça fait quelques temps que je regarde Les vidéos d'Irene et de Thierry. En revanche j'ai trouvé la parties sur les purges intéressante. Le seul bémol que j'aurai c'est sur le nombre de participants qui ne vous permet donc pas de répondre à tout le monde pendant les Lives. J'ai besoin de plus de précisions sur les graines germées. Mais je trouverai ça sur d'autres supports. Cette formation dans son ensemble m'a permis de « réviser » des notions que j'ai déjà. En tant qu'infirmière je suis habituée au technique c'est pourquoi j'attend peut être plus.

Bonjour, Un stage à la hauteur de mes attentes, le live était tard, mais cela m'arrangeait aussi au vu de mes horaires de travail cette semaine là. J'aurais aimé au niveau de la crusine que les vidéos soient plus zoomés je vous avoue que de loin je ne voyais pas bien. Sinon ce stage m'a appris encore beaucoup de choses, bien que je suive Irène depuis un an maintenant. Mon souhait et vœux d'avoir une consultation avec elle, même si je sais qu'elle est très prise, cela serait un honneur pour moi. Je vous remercie encore beaucoup pour votre investissement à nous réveiller et nous montrer le vrai chemin de la vie de la Santé et du bonheur.. je vous aime pour ce que vous m'avez appris sur la vie et me permettre de me sentir mieux.. que du bon comme dit notre chère Irène de coeur. Passez de bonne fêtes et merci du fond du coeur, rdv à la prochaine étape me déplacer de Metz en Lorraine à chez vous dans le sud. Amitiés. Yamina GALFOU

Ce stage m'a permis de comprendre l'alimentation ! Je ne me prendrai plus la tête pour savoir comment équilibrer mes repas . Je suis complètement conquise par votre façon de voir les choses . Je n'ai cependant pas eu réponse à ma question pendant le live , et je pensais avoir plus de détails pour savoir comment me purger ... Cordialement. Laetitia

Réponse

Bonjour à vous tous, merci pour ce stage ! je suis tres contente d'avoir pris la decision de m'inscrire- et aussi la possibilite en habitant francfort d'avoir acces par internet à ce stage Pour moi c'est mon puzzle mis en place des 6 derniers moi de visualisation de video youtube y compris celle de marrakech ! J espere que je serais un jour en presentiel ;-) dommage de n'avoir pas connu Irène plutôt mais il vaut mieux maintenant que jamais !! positif: tout est tres bien - j'ai beaucoup aimer dans le live le langage direct et franc. et surtout ne distribuer par de pdf pour les cours !! négatif: rien à signaler- par conte Dans le stage marrakech les purges me semblaient plus explicite. je vais revisionner . suggestion: indiquer les horaires des sous modules: 18h respiration ,1 9h bonjour la vie etc. J avais du mal à planifier mes pauses et j'avais peur de ne pas avori visionner le sous modules pour le live. encore un grand merci à vous tous et tout de bon. Nous à la maison on est passé au cru et les recettes sont delicieuses je vous souhaite de tres bonnes fetes de fin d'années Cordialement isabelle François

Ce stage m'a permis de comprendre comment mieux me nourrir, que mon corps attendait autre chose que ce je lui donnais, et que j'avais une partie des réponses (diarrhées après les repas, je ne suis pas malade comme je le croyais mais j'ai des tas de choses à apprendre et à améliorer) Ce stage était très intéressant, je n'ai pas pu participer comme je le voulais, il faut digérer ce qu'on entend, alors des fois je m'endormais, mais je le reprenais plus tard. Merci à Irène et à vous tous.
Christine Derucé

Bonjour à tous Bravo pour cette diffusion grand publique. Apres un stage classique avec Irène et Miguel + un stage pro avec Irène et Sylvie, il y a eu beaucoup de redites pour moi. Mais comme le disais Miguel, c'est avec la répétition qu'on rentre les choses pour qu'elles deviennent une seconde nature. Bravo pour l'ensemble. 2 améliorations à envisager peut-être. L'outils de navigation avec le menu des vidéos bug un peu parfois et il faut le relancer ou bidouiller pour accéder aux vidéos. Il semble qu'il n'y ait pas un rafraichissement ou de mise à jour en temps réel des accès aux nouvelles vidéos. Ensuite dans les vidéos, il y des difficultés de compréhensions quand deux personnes parlent en même temps. Utilisez un autre logiciel?... Merci pour tout Bien à vous

Ce stage m'a permis d'apprendre sur notre vie, comment vivre heureux et simplement. Merci beaucoup

C'était un stage très intéressant, riche d'enseignement et d'émotion. C'était un grand bonheur de voir Irène en live, l'écouter et être inspirée par son enseignement clair en temps réel. Les témoignages de Moussa et de Florian étaient un moment fort et émouvant ! Miguel a su mener les cours d'une manière structurée et pédagogique, bravo Miguel ! Son cours de respiration est une découverte incroyable pour moi, car je pratique aussi la méditation, mais je n'ai jamais eu une sensation si forte à l'intérieur du corps lorsque je suivais le cours de respiration de Miguel, ce qui m'a permis de comprendre davantage le pouvoir et le bienfait de la respiration. Ce que je trouve frustrant de ce stage en ce qui me concerne, est qu'aucune des trois questions que j'ai posées n'a été répondue, alors que c'était mon souhait fort de pouvoir échanger avec Irène (c'était la raison pour laquelle que je me suis inscrite à ce stage après avoir lu son livre La Vie en Abondance). Irène est une belle personne de grande âme qui dégage de l'amour et de la sagesse. Tout mon respect pour elle ! J'espère avoir l'occasion de la rencontrer un jour. Pour les points d'amélioration, je pense qu'il y a des efforts à faire au niveau de la modalité du déroulement du stage, les supports promis (Pdf) ne sont pas sur le site, le message de suivi n'est pas mis à jour. Il y a eu aussi quelques ralentissements de vidéos, mais je ne sais pas si cela vient des vidéos ou de ma connexion internet qui était pourtant bonne. En tout, c'était une belle expérience vécue et BRAVO pour les enseignements riches d' Irène et de Miguel ! Avec tous mes remerciements.

Réponse

Ce stage a confirmé ce que je savais déjà; ayant lu le livre "La vie en abondance". Néanmoins, je trouve très utile de réentendre plusieurs fois. Découverte de la respiration Wim Hof

Bonsoir, j'ai eu qqs pbs de connexion au départ, du coup je n'ai pas tout suivi; je vais le faire tranquillement à mon rythme; je ne regrette absolument pas de m'être inscrit car ça m'apporte un espoir de retrouver la santé; d'ailleurs j'ai pris contact avec une des personnes que vous avez formé. Bravo pour ce que vous faites, continuez à faire du bien autour de vous !

Merci à toute l'équipe pour ce super stage, et aussi de m'avoir permis d'avoir enfin les codes d'accès, à 22H le premier soir. Un N° de tel serait bien appréciable quand les mails ne répondent pas à nos attentes, (Je sais que nous sommes nombreux, et c'est tant mieux) mais le service Secrétariat d'Irène ne peut nous renseigner sur l'accès au code d'accès du stage, et c'est bien dommage. Que de temps perdu. (Message tel laissé au Secrétariat, Mails divers sur les deux sites, et rien. Stage Très intéressant à tout niveau. Beaucoup de découvertes : 1) (Purges et Laxatifs - (J'ai commencé ma 1ère purge à l'HR, ce samedi 19.12.20 à 9H30, (produit HRt pharmaceutique, est-ce Ok ?) 10 X aux Toilettes dans la journée (incroyable ce que 2 CS d'HR, peuvent évacuer en liquide) Rien consommé ni bu jusqu'à 23H environ et bonne nuit ; Mais glaires, seulement le lendemain matin dimanche à 8H30 - Perte de 2 Kg environ 2) Les produits lacto fermentés, (Merci Miguel pour le conseil) je cherche partout des bocaux neufs et dès que possible je commencerai mais on ne nous explique pas comment les consommer : faut-il rincer les Fruits et Légumes, peut on les croquer directement (Sensation très salé ou pas ?) 3) La façon de travailler en Crusine avec Irène et Aurélie ; Très bien, mais il faudrait penser à éloigner les plats sur le 1er plan, car on ne voit pas le plat travaillé - (Recette avec Easigreen (tournesol) qui nous cachait le travail d'Irène. Vision au dessus des plats, serait certainement préférable 4) Caméraman au point, mis à part quelques changements de lumière par moment, (lumineux et sombre) 5) Les conférences entre Irène et Miguel sont géniales et très appréciables, c'est clair, c'est net, c'est très compréhensible ; il n'y a plus de questions à poser en fait. 6) Quels générosités pour ré-enregistrer les cours, Pas très évident. Peut-être problème technique de mon côté avec mon ordinateur 8) J'ai découvert pour la 1ère fois que Les Féculents étaient à éviter - Tant mieux, cela fera beaucoup moins de travail. 9) Depuis le stage, j'ai complètement arrêté les oeufs au plat, et cuit dur, et j'essaie de manger le plus cru possible 10) "Bonjour" le matin par Irène - Très bien, génial - Ca ramène un peu les gens à la croyance en L'Univers, et l'un ne va pas sans l'autre (Crusine et Univers) 11) J'ai loupé le 3ème stage, car ce soir là, j'ai confondu "Crusine Jour 3" et "Stage 3" - Je ne m'en suis rendu compte qu'en fin de soirée. Merci pour les rediffusions 12) La respiration par Miguel, je dois y retourner car je n'ai vu que la Respiration en Carré - L'autre semble être Ventre et Poumons, puis Poumons Ventre, (Je pratique déjà en Yoga, mais nous inspirons et expirons par le nez, jamais d'expiration par la bouche) Chacun voit selon ce qui lui convient le mieux ; je pense. c'était super bien. 13) 4 jours de stage, c'est très bien, et surtout de pouvoir tout regarder à nouveau, sur 6 mois ; c'est encore mieux. Un Grand Merci 14) J'ai déjà arrêté l'utilisation du savon sur le corps depuis 06.2020 ; je pensais être la seule dans ce cas-là, et ça m'a rassuré de savoir que ce n'est pas le cas 15) C'est très agréable, de pouvoir parler de choses simples, et de se retrouver dans une communauté qui pense enfin autrement, et mieux et comme nous. Merci 16) On a même l'impression d'être comme à la maison, quand on vous suit sur le stage, et triste quand c'est fini. J'ai rarement vécu un si bon stage agréable et familial 17) On a qu'une envie, c'est d'aller au Maroc avec Miguel pour suivre un long et bon séjour. Ca semble vraiment super, mis à part la Covide actuelle ! ... 18) UN GRAND MERCI A TOUS, pour tant de générosité, tant de travail, et pour toutes les conférences également que l'on peut retrouver sur You Tube. PRENEZ SOIN DE VOUS et A BIENTOT SUR LE NET - MERCI - MERCI - MERCI - MERCI INFINIMENT -

Ce stage est un starter pour commencer l'alimentation vivante. Donner une explication plus scientifique mais cela doit se retrouver dans les stages pro.

Réponse

Ce que m'a apporté le stage : Du concret avec les méthodes de respiration et la cuisine, des explications qui prennent encore plus de sens après ma première lecture du livre d'Irène. Il me manque une liste de livres de référence pour étendre mes connaissances, mais je vais re-visionner les vidéos pour prendre des notes. Je remercie toute l'équipe pour votre travail. Passez de bonnes fêtes. Tout le Bien à vous. Isabelle Langibout

Bonjour à vous, Tout d'abord je tenais à vous remercier pour ce stage, pour le partage et l'énergie positive dépensée pour le mettre en place. J'ai trouvé que vous formé une très belle équipe, où chacun de vous est complémentaire à l'autre en toute bienveillance. La structure du stage (Cours de cuisine | Cours théoriques | Lives) est vraiment bien étudiée et permet une approche complète. Les explications médicales et scientifiques de Miguel mettent vraiment en avant le discours d'Irène, et les lives du soir permettent de répondre à quasiment toutes les questions que l'on se pose. La cerise sur le gâteau se sont les podcasts de réponse aux questions des cours de cuisine, que j'ai découvert après le stage ! Ce que le stage m'a apporté ? : Un changement alimentaire radical suite à des soucis de santé a provoqué chez moi une grosse déminéralisation qui m'a conduit au burn out il y a 1 an. J'en ai rapidement compris les causes, par contre noyé sous un flot de vidéos Youtube, j'étais en recherche perpétuelle des choses à mettre en place pour bien m'alimenter. J'étais sur la voie de "la santé" avec l'aide d'une Naturopathe, mais ce stage m'a vraiment permis d'avoir une vision d'ensemble et une direction bien précise à suivre, ce qui vaut de l'or ! Les choses à améliorer ? Difficile à trouver... : - Indiquer dans le nom des vidéos de respiration que c'est du Wim Hof, plutôt que Respiration 1 et Respiration 2 - Bien que le module sur les jeûnes et les purges réponde à toutes mes attentes, j'ai trouvé que les informations importantes étaient diluées dans la discussion entre Irène et Miguel. Contrairement aux modules sur les causes des maladies ou sur la respiration qui suivaient une structure bien précise. - Le mal entendu sur le résumé des cours en PDF vient du module sur les causes des maladies, où Miguel précise qu'un PDF avec un résumé structuré sera transmis en fin de stage. Passage à supprimer ou un sous-titre à ajouter peut-être... Encore un grand merci à vous tous. Passez de très bonnes fêtes de fin d'année et bonne continuation. Tout de bon ! Jérémie

Je n'ai pas reçu les réponses aux questions que j'ai posées. Cette formation m'a passionnée, je n'ai pas encore terminé de visionner les cours de cuisine ainsi que les lives. Merci beaucoup pour cette transmission

Ce stage fait partie de mon cheminement sur la vie et le bien être. Il a répondu à mes attentes. C'est le début d'une longue marche vers la transition alimentaire. Merci pour la transmission de votre savoir et la partage de vos expériences. Je vous souhaite le meilleur. "Tout de bon, tout de bon". :-)

Ce stage m'a permis d'approfondir les notions de base glanées sur internet auparavant concernant l'alimentation vivante. Je l'ai trouvé fort complet et très motivant pour continuer à appliquer ce nouveau mode de vie car en définitive très simple dans le quotidien. Merci à l'équipe d'avoir en si peu de jours réussi à aborder de manière mémorable tant de sujets importants. Trop peu de temps a, à mon avis, été consacré au détail du dosage des purges, d'où probablement les questions durant le dernier live. Certes, un suivi individuel est nécessaire mais cette information est tout de même un élément important du séminaire... Mille merci à toute l'équipe. Vous êtes fort agréables à écouter. Ce fut du coup une parenthèse enchantée dans ce drôle de contexte !

Merci pour ce stage qui m'a permis de comprendre le concept global de l'alimentation vivante et de la santé. L'enseignement à distance est très bien organisé, j'ai apprécié les horaires du soir qui me convenaient parfaitement et de pouvoir visionner les vidéos pendant six mois, à mon rythme, suivant les possibilités de mon emploi du temps. J'attends avec plaisir de venir au stage organisé à Cabannes en janvier, j'espère qu'il aura bien lieu. Avec toute ma gratitude.

Réponse

Les cours en ligne devrait être accessible dès le premier jour. Aux participants de décider s'ils participent ou non au live sur le thème pré-identifié. Les lives pourraient être proposés plus tôt et en cohérence avec l'hygiène de vie que vous préconisez dans les cours théoriques: se coucher tôt. J'ai dû les regarder rapidement pour être à l'heure pour les lives. Je vais seulement pouvoir en profiter durant mes congés. Les cours théoriques d'Irène font répétition avec les vidéos que j'avais déjà suivies en accès libre sur le net. J'ai formulé une demande via le service après-vente pour lequel je n'ai eu encore de retour. C'est pourtant un point important car j'ai dû payer deux fois l'inscription n'ayant pas eu les codes lors de la première inscription. J'ai apprécié les cours de respiration que je ne connaissais pas mais je suis un peu déçu par les cours de naturopathie car j'avais besoin de plus de références théoriques. Je n'avais sans doute pas bien compris votre intention. Continuez dans votre lancée, cela peut satisfaire des personnes qui ont besoin de penser autrement leur hygiène de vie. Cordialement Mme Sicard Pierrat 0660110433

Bonjour à tous. Comme vous pouvez le constater, j'ai été ravie de cette formation. Le rapport qualité/prix est excellent. On y trouve vraiment son compte. Nous avons les bases pour commencer une nouvelle vie. Manger cru n'est pas seulement un type d'alimentation, c'est une philosophie de vie, une avancée spirituelle. J'étais ravie de voir que vous avez transmis ce côté là également. C'était un plaisir de vous écouter chaque jour, un moment ressourçant. Que c'est bon de parler le même langage 😊. J'ai pu constater que les ingrédients des recettes ne sont pas retransmis intégralement par rapport aux vidéos. Je suis partante pour de nouvelles formations un peu plus poussées, par thème par exemple, pour ceux, qui, comme moi, ont fait le choix définitif de cette alimentation et qui ont envie d'apprendre simplement mais efficacement. Merci à vous tous. Je vous souhaite le meilleur. Catherine

J'ai hâte de faire la formation en présentiel, j'ai appris beaucoup de choses sur ma manière de vivre et cette formation a été un déclic

Le stage m'a vraiment conforté sur mon choix à continuer de manger de + en + vivant, et de comprendre et prendre conscience des dangers de mon ancien mode de vie. Merci à Irène et Miguel de nous offrir les clés pour pratiquer une hygiène plus saine et de nous permettre de nous auto-guérir. Et les séances de respiration animées par Miguel m'ont apporté un bien fou. Un grand merci à tous les 2 Nassira

Belle introduction à un changement d'alimentation pour aller mieux. Les cours de cuisine donnent une bonne base pour commencer à expérimenter. À améliorer, la pédagogie dans les cours de cuisine. Il aurait été intéressant de montrer les différentes étapes avant, pendant et après, notamment pour les graines germées et la lactofermentation. Mettre également les références des ouvrages conseillés. Merci beaucoup et il ne reste qu'à expérimenter. Très belles fêtes et bonne année à toute l'équipe. Rosa Ahedo

Une approche très intéressante et vivante. Intéressant aussi de pouvoir regarder les vidéos quand on veut. J'aurais aimé avoir plus de recettes (voir pour une famille sur une semaine) et des recettes avec des produits français et surtout de saison. Il y a trop de répétition.

En transition depuis 2 mois le stage m'a permis de me confirmer que je suis sur la bonne voie. Ce qui m'a dérouté est à la fois m'obliger à être acteur, c'est que certains points ont été effleurés tel que les huiles essentielles. Aujourd'hui, j'ai les outils pour continuer à aller vers qui je suis vraiment et pour cela merci. Merci aussi pour toutes les vidéos gratuites sur Youtube qui m'ont permis de me poser des questions, de comparer, de ressentir et de tester. C'est aussi grâce à elles que je me suis lancée et me permet d'"être".

Réponse

Je suis ravie du stage, que j'ai écouté en plusieurs jours. Je vais réécouter les vidéos. J'ai adoré la simplicité de vous tous, les jeux de mots et j'ai envie d'implémenter cela dans ma vie. S'il n'y avait pas ce confinement, je viendrais directement à un stage. L'énergie qui se dégage est géniale. Je crois vraiment dans cette façon de voir la vie ! Merci beaucoup !!!

Une complément d'information grâce au lives et en même temps, des répétitions de certains messages alors que déjà intégrés dans la formations ou le livre d'Irène, était agaçants. Merci pour le partage de votre connaissance et bienveillance pour tous les débutants de bonne volonté :-)

Pour le prix de ce stage c'est vraiment bien plus qu'une consultation. C'est une ouverture sur la santé physique et spirituelle. le stage m'a apporte de la confiance pour entreprendre les purges et poursuivre un modèle de vie qui a toujours ete celui que je voulais atteindre. Merci.

Ce stage m'a apporté beaucoup de motivation et des réponses à mes questions

J'ai le stage hyper enrichissant, j' avais déjà quelques notions mais là j en ai apprises tant d' autres.J' aurais bien voulu que l on réponde à plus de nos questions.Merci pour ce bel espoir

Ce stage m'a apporté une bonne piqûre de rappel et quelques infos supplémentaires. Ca fait du bien. Je vous trouve bien à notre écoute. J'ai apprécié qu'il y ait 3 interlocuteurs. Les horaires, même si elles sont tardives me conviennent après la journée de travail. Le fait de revoir les vidéos pendant 6 mois est top.

Tout d'abord merci d'avoir mis en place cette expérience à distance et de vous être adaptés à la situation nationale. j'avais déjà acheté le livre d'Irène et suivi ses vidéos le contenu ne m'a malheureusement rien apporté de plus que je n'avais appris précédemment. Je regrette le ton parfois catégorique de Miguel ... Je vous ai écrit des questions et aucune n'a trouvé de réponse et le live était surtout une réponse au basic alors j'en suis venue à la conclusion qu'il aurait été judicieux de faire des formations par niveau pour éviter la frustration ou la sensation d'avoir juste eu une redite d'un livre à 25euros. Je ne fais pas de video avec mon avis car j'imagine bien qu'il ne valorise pas cette expérience j'espère vous aider car votre démarche reste à mes yeux importante et positive.Je crois en l'alimentation vivante et vous souhaite tout le meilleur. Sandrine

Bonjour, Depuis deux ans je n'arrivais plus à manger un grand nombre d'aliments, notamment la viande pour commencer, puis le poisson et les oeufs. Et finalement je me suis retrouvée à ne manger que des fruits, légumes, féculents et fromages. Ce stage m'a donc apporté bon nombre d'information (notamment sur les laitages et féculents), m'a rassuré sur le fait que manger cru n'impliquerait pas de carences (les fameuses proteines) et ne nuirait aucunement à ma santé, bien au contraire. Depuis le stage, j'ai investi dans un extracteur et me suis lancée avec beaucoup de plaisir à la crusine. A ce jour, je ne vois pas vraiment ce qu'il y aurait à améliorer. Un grand merci à toute votre équipe et vous souhaite une belle et heureuse année 2021

Réponse

Bonjour Merci d'avoir partagé vos connaissances. J'ai d'abord connu l'hygiénisme par le jeune qui m'a amené à la nourriture crue. Puis le jeune en randonnée en Allemagne et l'élimination par la respiration. C'est le logiciel de YouTube qui m'a proposé les vidéos d'Irene, Miguel dans Hold-up via Crusine. Avec votre formation j'ai découvert les purges au Ricin et la cure Moritz que j'ai testé de suite, avec une préférence marquée pour le Ricin qui m'a dégouté des produits laitiers et du fromage. Aussi l'importance de la respiration que j'avais déjà approché par les séances de Biorespiration lors de mes premiers jeûnes. J'ai testé les jus de légumes mais le moteur de mon extracteur à fondu sur des carottes trop dures. J'ai continué avec les légumes crus avec la choucroute crue et j'ai réalisé qu'en fait je ne détestais que les légumes cuits. Faire germer des graines n'a pas été facile et j'ai fini par y arriver avec les lentilles vertes. Les céréales j'avais déjà arrêté car j'ai toujours eu du mal à les digérer : j'étais un enfant vomisseur. De par ma formation médicale j'aurais aimé plus d'explications du pourquoi du comment comme celle au sujet du pH acide de l'eau gazeuse qui m'a permis de boire de nouveau sans mauvaise conscience mon eau préférée : l'eau gazeuse. J'ai écouté les lives le lendemain des cours en raison de l'heure tardive de diffusion des lives. Dès que je pourrais j'ai pour projet de suivre la formation professionnelle. Je vous adresse mes meilleurs vœux pour la nouvelle année. Ida Marina Lanzi

Ce stage m'a permis de comprendre le bienfait de l'alimentation vivante et m'apporte une aide précieuse pour pratiquer les purges et la respiration. Merci à toute l'équipe, bonne année et bonne santé. Bien sincèrement.

L'essentiel des Principes de Vie transmetteurs des savoirs vivre, les clés de Vie dans le retour à la Souveraineté Globale de l'être depuis la Sagesse Universelle - La Création Divine. Gratitude

Bonjour Irène, Ce stage a apporté quelques nouvelles pierres à mon édifice, En suivant votre conseil de séduction, la soupe crue a séduit mon mari (pourtant très réfractaire à l'alimentation crue) merci pour votre partage Irène, Miguel, Aurélie et Eric. un peu déçue du contenu des cours de crusine, hors mis les algues, je n'ai rien découvert de nouveau. Marie-Françoise

bonjour, ce stage m'a apporter des compléments de toute les vidéos que j'ai visionnée j'étais heureuse de m'inscrire à ce stage mais je m'attendais à autre chose ; peut-être des études de cas plus concret, des protocoles claires. merci de votre belle énergie a tous et surtout la belle Irène.

D'abord merci pour ce stage. Le contenu est très cohérent et est en adéquation avec la formation faite sur plantes sauvages et confirme ce que je constatai lors de la modification d'alimentation. Je trouve dommage que l'on ait eu deux fois la même vidéo "bonjour la vie" même si elle est importante. Pour la communication via chat, je ne n'ai pas eu de retour et reste frustré. La qualité du contenu apporté par l'expérience, le savoir des intervenants, est riche et je vous en remercie. Les citations de livres, diffusion de sites, références dans l'histoire, apporte une richesse inégalable. Le fait d'avoir des vidéos d'exemple de cru permet une facilité pour ce passage à la transition. Quand c'est facile et rapide, c'est simple de l'intégrer au jour le jour. Merci pour votre bonne humeur, chaque jour était un bonheur pour moi de vous écouter et d'apprendre. Merci.

Réponse

bonjour à toute l'équipe, bonjour Irène, j'ai beaucoup apprécié cette formation qui dynamise ma transition. C'est un bon soutien qui m'a aidé à basculer dans la vallée de la vie en abondance même si je crois avoir oublié des choses dans ma vallée de vie d'avant et que j'y retourne encore parfois. Je me permets quelques remarques que j'espère contribuera à aller toujours vers le mieux. - je trouve que beaucoup de questions n'ont pas eu de réponse pendant les lives. En effet, vous voulez vous en tenir strictement au sujet du jour. Mais entre une écoute à 18h et un live à 21h ou plus, tout n'est pas forcément intégré et les questions viennent plus tard. En outre par rapport à la respiration qui nous a été proposée. La première fois c'est la surprise et difficile de poser des questions le soir même sur tout. La pratique invite au questionnement.... Mais Miguel n'a pas voulu revenir sur le sujet les autres soirs ce qui est bien dommage. - j'ai regretté qu'Irène ne puisse plus mettre les mains dans les plats. Cette spontanéité et rapport avec la nourriture est pour moi un des sens qui active la vie en abondance ! J'apprécie beaucoup l'encouragement constant d'Irène concernant la transition et la non culpabilité de ne pas y arriver de suite en faisant des retours, mais de tenir bon et de continuer la route un peu plus loin chaque jour. J'ai repris depuis la formation un lever tôt le matin pour préparer mon repas dans un équilibre alimentaire de journée et de ne plus prendre le repas de la collectivité ! Depuis la formation je ne cherche plus à perdre du poids mais à retrouver mon énergie de Vie ! merci pour cette formation que je n'ai pas fini de revoir encore et encore bonne année à toute l'équipe de la vie en abondance Anne MISSOTTE









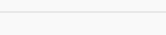
La vie en abondance stage en ligne - Novembre 2020

232 participants

Question 1

Quelle est votre avis général sur le contenu de ce stage sur une échelle de 0 à 10 (0 : nul, 10 : top) ?

141 réponses

Réponse		Moyenne
Votre avis général sur la formation ?		5 / 5
La qualité des contenus - cours théoriques		5 / 5
La qualité des contenus - cours de cuisine		4 / 5
Le format : mixité entre vidéos et lives		4 / 5
La durée du stage		5 / 5
La communication entre vous et nous		4 / 5
Le rapport qualité / prix de la formation		4 / 5
La qualité des réponses du service après vente (réactivité, pertinence, écoute...)		4 / 5
La qualité des live		4 / 5

Question 2

Dites nous ce que ce stage vous apporté, et ce que nous pouvons améliorer

141 réponses

Réponse

Bonjour Irène et Aurélie... j'ai adoré le stage!! Que ce soit avec Miguel Irène et Aurélie !!!!! Je mange cru depuis 3 ans (mon mari mange cuit) pas toujours facile pour moi ... quand il fait cuire j'ai envie de vomir !! Bon !!! Avec ce stage j'ai appris plein de choses que j'ai mis en pratique de suite... pareil pour la respiration ! J'ai eu de gros problème de respiration Encore aujourd'hui !! J'espère bien faire un stage chez Irène l'an prochain merci à vous tous je vous souhaite un très beau Noël

J'ai adoré ce stage. J'aimerais pouvoir en suivre d'autres, plus poussés, pour aller plus loin d'un point de vue personnel, mais aussi dans le but de devenir naturopathe moi-même. J'ai juste regretté une chose, que les questions ne soient pas choisies à l'avance lors des lives, car bcp de personnes semblaient ne pas avoir regardé les vidéos et donc pas mal de redites et de hors propos. Mais dans l'ensemble, vous avez fait un travail magnifique et ce stage est une perle ! Bonne continuation !

Réponse

Super stage. J'en ai appris un peu plus. J'avais déjà lu le livre d'Irène et je regarde régulièrement ses vidéos avec Didier Santiago. Cependant je suis triste qu'aucune de mes questions n'ait été retenue. Beaucoup de questions auxquelles Irène et Miguel ont répondu avaient déjà été traitées dans les vidéos précédant les lives. Dommage que les personnes inscrites ne regardent pas les vidéos avant les lives.

Il a été évoqué par Miguel que nous allons recevoir des documents en pdf, qu'en est il ? A améliorer: la possibilité de poser des questions quand l'intégralité de la formation est acquise.

Bonjour, je vous est écrit mais n'est pas reçu de retour pour vous dire la même chose que ce que je vais vous dire maintenant....la formation est très bien cependant il serait bien d'avoir accès à des fichiers PDF avec des mémos sur : santé et humeurs les 4 bases fondamentales etc....car les écrits sont agréables et reste.....je vous souhaite tout de bon AMOUR JOIE SANTE Maroussia de la Suisse.....

Bonjour et merci pour stage que j'ai trouvé formidable, vous m'avez apportés des réponses quant à la suite de ma transition, la semaine avant je disais à ma fille que j'adorais la nourriture la moins transformé possibles....du coup essayé transformé.Vous m'avez donné le dernier coup de boost. Végétarienne depuis des années et pratiquement pas de sucre, je fais aussi depuis plusieurs années un jeûne intermittent. Pour la communication entre nous, ce n'est pas votre faute c'est que certaines personnes lors de la live veulent des consultations perso et on s'éloignait du sujet. Un grand merci à vous tous. Belle journée et encore merci.

Ayant démarré le stage en retard, je n'ai pas pu assister aux lives, ce qui explique que je n'ai pas de point de vue sur la communication. J'ai trouvé toutes les infos données sur la nourriture vivante, très intéressantes. Cela m'a donné l'élan pour m'y engager en respectant une transition. Chapeau pour le dynamisme d'Irène. Elle est la preuve même que ce mode de vie est libérateur. Je regrette qu'il n'y ait pas eu un petit support de cours écrit pour fixer toutes les notions introduites. Je recommande chaudement à mes amis de s'intéresser à ce mode de vie. Amicalement Marie-Agnès

Bonjour Ce stage m'a beaucoup plu. Bien que j'ai souvent regardé les vidéos d'Irène sur YouTube et que de ce fait je me suis rendu compte que j'avais déjà pas mal de connaissance sur le sujet. J'aurais aimé avoir plus de renseignement au sujet des purges que l'on entreprend soi-même et sans aides et connaître ce qui risque de se produire et comment agir en fonction. Malheureusement, dans les lives il y avait souvent des réponses à des questions qui étaient dans les modules. Du coup des questions très pertinentes son resté sans réponses, dommage! J'aurais aimé avoir des réponses aux questions que j'ai posé en dessous des modules. Malgré tout je ne regrette absolument pas, j'ai quand même appris des choses et puis cela a été une belle expérience. Merci beaucoup à Irène et toute son équipe. Nathalie

Bonjour à tous Ce stage m'a fait prendre conscience de ce qu'est la santé . Je suis infirmière depuis une trentaine d'année ,j'ai travaillé longtemps en cancérologie ou j'ai administré des protocoles de chimio sans rien comprendre de ce poison .Merci à vous tous de m'avoir éclairé et surtout ne changer rien. Cdlr Sidonie

Ayant déjà lu le livre de Mme GROSJEAN et pas mal regardé des vidéos à ce sujet, la formation m'a permis d'encren plus profondément les savoirs et me conforter dans mes choix. Je vous ai admiré garder votre calme vis à vis du tchat ! Les personnes cherchent des recettes miracles ... sans jeu de mot "toute crues" sans faire leur propre recherche . Il y a eu confusion entre consultation personnalisée et formation générale . Moi j'ai beaucoup aimé .. et je pense m'inscrire sur un stage physique ! Bonne continuation PS : le code promo ne fonctionne pas chez DAVIDSON

Ce stage ma permis d'enlever mes doutes sur la nourriture vivante et c'est le plus important pour moi. Je suis maintenant convaincue que je suis dans la bonne direction et c'est inestimable. Merci infiniment ! Je n'attends plus que les PDF, ce serait super ! Merci d'avance.

Réponse

Enchante par mon stage, je souhaite poursuivre avec un stage en présence des que possible et si possible suivre la formation pour être également éducatrice de santé tout comme vous
UN GRAND MERCI A VOUS vous m'avez change ma vie

bonjour, globalement bonne formation, j'ai tout de même été un peu déçue du contenu car en regardant les vidéos d'Irène depuis déjà un an, je n'ai pas appris grand chose. Mais la répétition fait du bien à entendre. Je n'ai reçu aucun pdf dont vous parliez dans le live. J'ai payé deux fois le stage par mauvaise manipulation, j'attends toujours le remboursement, mais je vous fais confiance. Continuez comme ça, il est évident que le cru va nous permettre de nous regenerer. Merci à vous. Belle journée. Alice Crouzet

De la découverte , du bonheur, de la joie de vivre retrouvée, de la tranquillité, A la poubelle ma culpabilité de manger " équilibré , 3 repas et surtout de rester à table; j'adore les fruits et les légumes. Je revis , tout simplement. Mercciis à vous tous. Marie Paulé HYVERNAT

Et bien, j'adore l'énergie d'Irène qui est la meilleure pub qui soit. Ensuite, j'ai aimé leurs bon - sens, leur simplicité dans leur propos toutefois très riche. Il est vrai que je vais aller vers le cru, beaucoup plus et ne pas avoir peur de montées de fièvre-ou diarrhées- comme avant. Mais j'ai encore à transitionner. Entourée d'une famille avec une alimentation "standard" bien que nous mangions beaucoup de légumes n'est pas chose aisée. Donc ce serait mon conseil : aider les gens "normaux" à faire une transition douce et ce, même si vous avez donné des pistes (jus de légumes...)... D'ailleurs les purges, dont je comprends l'intérêt, me font un peu peur, seule. c'est quand même agressif et potentiellement dangereux... Beau stage! Auquel je suis arrivée grâce à mes guides et anges, voilà, voilà. Merci.

Ravie d'avoir pu découvrir l'alimentation vivante que je ne connais que par 2 ou 3 personnes qui m'en avaient parlé. Cela donne envie de s'y mettre, je commence à la maison par des jus au moins 1 fois par jour pour tous (mon mari, moi et nos 2 enfants de 12 et 15 ans), toujours des fruits dispo et des légumes crus à chaque repas, c'est un bon début. J'ai commandé votre livre Irène et j'espère le recevoir rapidement pour approfondir plusieurs aspects évoqués pendant les live sur les purges notamment afin de pouvoir pratiquer d'ici peu car besoin de la marche précise à suivre. Concernant la formation, je m'attendais à un module en live au tout début qui aurait présenté les contenus des 2 journées avec des infos si besoin de le faire dans l'ordre, comment cela se passait, la façon de poser les questions, la progressivité... J'avoue que la 1ère journée, j'étais un peu perdue, j'ai commencé par la respiration, puis le bonjour aujourd'hui et ensuite, je me suis un peu perdue. Les sujets enregistrés sont assez longs, du coup, il m'a fallu (avec l'orga de la petite famille) 2 jours supplémentaires pour tout visionner, mais elles sont dispos 6 mois, ça c'est une bonne chose, ça laisse le temps de s'imprégner du contenu. Je pense que les questions qui étaient posées un peu dans le désordre et souvent sans avoir vues les vidéos et quelquefois en décalage avec le sujet étaient en partie dues à ce manque de clarté sur le déroulé des journées et la "procédure" à suivre. J'ai appris énormément de choses sur les 5 piliers de la vie, la respiration dont je découvre les avantages énormes et insoupçonnés, vraiment très contente d'avoir pu découvrir cette formation. Habitant dans le 06 - Alpes Maritimes, je ne vois pas de praticien "sympathisant", auriez-vous des contacts alentours ou des associations ou organismes "militants" dans le domaine du cru et de la santé naturelle? Merci encore, j'admire l'énergie d'Irène et la sérénité de Miguel, merci à tous les deux, bonne continuation et au plaisir !
Patricia Jallier

Ce stage m a appris beaucoup ,je suivais déjà depuis un moment les vidéos de Nelly et Irène ,mais j'ai mieux compris certaines choses, notamment la transition alimentaire et les purges.j ai beaucoup aimé les vidéos sur la respiration ,que je pratique tous les jours et qui me font beaucoup de bien .

Stage extraordinaire complet riche abondant vivant une ruche d informations et de recettes pour être en pleine santé

Réponse

Bonjour, ce stage m'a conforté dans l'idée des bienfaits de cette alimentation, vers laquelle je me tournais "à l'aventure". Cela permet, en confiance, de s'aventurer vers ce nouveau chemin qui vient bousculer nos certitudes :) Je vais pouvoir aborder différemment le livre d'Irène. Pour les temps de live, c'est dommage pour vous et pour nous car le temps de formation semble trop court pour écouter et assimiler les cours en amont. De ce fait il y a beaucoup de redite lors des live. Les faire dans un second temps, après les formations, pourrait peut-être se révéler plus profitable pour chacun(e) ? Les respirations : quel merveilleux outil !!! Cette écoute du corps, respectueux, est comme écouter son "pouls chinois" ! Je suis en formation "d'auto-guérison" qui est un travail sur les énergies retransmises sur les chakras (cela ressemble à l'acuponcture, sans aiguilles) et la respiration proposée ici est très complémentaire. Elle peut permettre à la personne de ressentir les points énergétiques à travailler : Merci !!! Par ailleurs, lors d'un cours-recette, Aurélie a parlé d'un livre sur comment manger cru tout en voyageant. Est-il possible d'avoir les références ? Merci à Irène et à vous tous pour cette transmission qui témoigne du fait que des énergies fortes et lumineuses sont bien présentes :) Belle journée à vous ! Bernadette

Bon stage peut être plus de réponses aux questions

Ce stage a renforcé ma détermination à changer mon "mode de fonctionnement" global en cours depuis quelques mois. Il m'a permis d'enfin faire ma 1ère purge à l'huile de ricin que je n'osais pas entreprendre avant. Chaque matin après la respiration de Miguel et le Bonjour à la vie d'Irène je démarre la journée en pleine forme. Je projette de "pratiquer" la germination, la lactofermentation et je vais goûter aux algues... CE STAGE A ETE TRES INSPIRANT pour moi. J'aurais aimé avoir plus d'indications sur "l'organisation", la "méthodologie" à mettre en place pour transformer nos modes de vie. Même si je sais que chaque personne est un cas particulier et que le stage n'était pas fait pour cela. Mais j'ai déjà bien avancé sur le chemin de la santé. Alors je continue à écouter les modules et à m'inspirer des recettes. Et comme le dit si bien Irène je cherche et je trouverai. Je vous remercie infiniment de m'avoir ouvert une fenêtre sur la vie, la vraie en partageant vos expériences. MERCI MERCI MERCI

Très bon format pour démarrer l'alimentation vivante. Le manque d'interaction lié au format de la formation n'est pas dérangeant à ce stade étant donné qu'il suffit de faire confiance à son ressenti. C'est très complet, il me semble avoir toutes les bases et toutes les clefs pour aller chercher les infos qui pourraient me manquer à l'avenir. Merci pour tout

Merci à vous tous pour ce que vous nous apportez... le mieux aurait été le présentiel mais c'est déjà énorme pour nous que vous puissiez ces stages en ligne... J'ai découvert Irène Grosjean par hasard (ou pas) sur Facebook qui m'a poussé à commander son livre et une fois terminé cette "bible de la vie" 2 jours après votre stage c'est présenté à moi. Si certaines religions ont eu des prophètes, mon prophète à moi en 2020 est Irène Grosjean Merci encore à toute votre équipe, Miguel Aurélie Eric etc... et tout de bon

C'était formidable de retrouver votre énergie après avoir participé à un stage fin juillet à Cabanes où les trois jours étaient intenses...mais en plein air. Mais là, passer deux jours devant l'ordinateur, c'était juste une épreuve et physique et pour les yeux. Donc, merci de permettre de réviser le tout encore pendant six mois. Une heure par jour/par semaine sera largement suffisant. La vidéo de respiration, j'aimerais bien l'avoir à demeure.

Bonjour chers organisateurs, Ce stage a été une bonne révision de ce que j'ai déjà glané de-ci de-là (livres, publication, internet...) Je m'attendais à un contenu plus fourni en pratiques thérapeutiques. J'ai compris que l'idée c'est aussi de fidéliser le chaland, livres stages... cela ne me gêne pas, j'y réfléchis. Peut-être pourriez-vous faire un stage pro en visio (exemple 6 vendredis de suite). Je vais entrer en contact avec le SAV pour les pdf car je n'ai pas compris à quel moment, ils nous sont remis. Concernant l'organisation, peut-être pourriez-vous rappeler le planning des horaires sur les convocations car on ne sait pas bien quand commence les vidéos. Voilà ce qui me vient à l'esprit, bonne continuation et tout de bon 😊 Bruno

Réponse

C'est une découverte pour moi puisque je crusine depuis un petit mois... en préparation d'une cure jeun-marche qui n'aura pas lieu à cause de la crise sanitaire! Je viens de pratiquer hier ma première purge et je continue ma nouvelle façon de manger cru.. j'ai 65ans et je suis contente d'avoir rencontré Irène Grosjean en Visio! Ma famille et mes amis commencent aussi à s'intéresser à cette nouvelle façon de s'alimenter et je vais faire des émules car je me sens tellement mieux! Merci Irène de l'avoir ouvert les yeux! Merci la Vie!

Bonjour à vous, ce stage m'a apporté de nouvelles informations plus précises sur l'alimentation vivante et de ces bienfaits sur notre corps. Les cours théoriques sont bien construits et très clairs. Les "LIVES" étaient confus surtout au niveau des réponses que Miguel donnaient qui étaient sensiblement les mêmes "PRATIQUEZ ET VOUS VEREZ". Cela reste vrai mais du fait du nombre important de candidats et des questions mal ciblées, les questions pertinentes ne trouvaient pas de réponse. Cela dit je ne regrette pas ce moment et voir le plaisir d'IRENE à partager ses connaissances avec "cette pêche" était un GRAND BONHEUR. GRATITUDE A VOUS

Votre stage a boosté ma motivation quant à cheminer vers une alimentation vivante. J'ai beaucoup appris sur les purges. Je suis maintenant absolument convaincue. Je pratique régulièrement les lavements et l'hydrothérapie du côlon. Il me manquait ce volet de nettoyer mes humeurs moi qui souffre régulièrement de sciatique et d'hémorroïdes. Ce stage m'a vraiment permis de faire des prises de conscience. Maintenant, je passe à l'action. Le format de deux journées de stage me convient parfaitement. Un grand grand merci à toute l'équipe.

Les cours de cuisines étaient intéressants, ça va me permettre de varier .il y a quelques éléments qui ont complété ce que je savais, j'ai lu le livre d'Irène et vu ses vidéos avec Miguel . Le son par moment n'était pas très net . Sinon il est toujours bon d'entendre vos conseils pour bien les intégrer. Je suis décidé à me faire suivre par un de vos thérapeutes. Je mange cru depuis un an avec jus de légumes, je gagne en vitalité mais je sais que j'ai encore à nettoyer... Merci infiniment pour vos précieux conseils .

Le stage m'a apporté des réponses, il est complet dans son ensemble, en même temps j'ai été frustrée de ne pouvoir communiquer avec Miguel ou Irène! Le livre d'Irène je n'ai pas pu le commander habitant au Maroc qui n'existe pas dans les pays proposés sur le site. Egalement pour les purges salines comme chloromagène Magnésie San Pellegrino habitant à Marrakech il n'existent pas ici. Apart ça je suis très contente du stage. Tout de bon!!! Tout de bon!!! Tout de bon!!! Majdouline.

Bjr, je pense qu'il vient globaliser l'ensemble de mes autres apprentissages et surtout il permet de comprendre le pourquoi de la situation actuelle. En espérant que ce stage me permette de passer à l'alimentation vivante, végétale et crue d'ici un an tel est mon objectif. PS : une petite question , est ce que le pipi au lit des enfants pourrait trouver une solution également par cette transition alimentaire. Merci Irène et toute l'équipe Avec tout mon amour

Connaissances générales sur la nutrition crue, ce que'elle peut nous apporter et l'efficacité de la purge. J'ai aimé le côté scientifique aussi (réaction de notre corps à former glaires et acide urique avec stockage) . Une grande vérité que je constate on moi étant Italienne et adorent pâtes, fromage et pain!!! Vue intéressante sur les "humeurs" , les cellules contenant le liquide avec les humeurs. Les humeurs doivent être propre pour fonctionner et pour avoir un état d'esprit éveillé et une joie de vivre avec une bonne santé'... J'étais infirmière pendant 10 ans en France et aujourd'hui je vis aux USA et je me nourris des plus en plus de crue. On étant aux tropiques à côté de Miami, c'est facile d'avoir des fruits frais Merci à vous tous :))

Merci.. Je me sens déjà tellement mieux dans mon corps et ma tête, plus joyeuse, positive, j'ai perdu 5kg en 3 semaines et pourtant je mange.. je suis pratiquement à 100% cru, je ne sais même pas comment c'est arrivé si vite.. je me disais que j'allais introduire mais en fait j'y suis complètement.. A améliorer, des détails, comme en lacto, pas d'exemple pour le sel (ce qui est le plus simple à faire car on en a tous pas loin), des petits détails simplement.. Tout de bon!

Réponse

j'ai beaucoup apprécié le contenu du stage je connaissais déjà l'importance du végétal dans l'alimentation mais je ne savais pas que les jus de légumes-fruits faciles à digérer permettaient de booster l'organisme sans l'inconvénient d'une fastidieuse digestion s'ils étaient mangés en même quantité en entier; l'importance de la gratitude liée à la nourriture et à la vie est capital. Merci pour tout surtout en ces temps difficiles.

J'ai bcp appris, cela fait un moment que je visionne vos vidéos, du coup je me suis formée en (naturopathie, éducatrice de santé), je me pose bcp de questions sur la façon d'exercer, vous m'avez ouvert les yeux merci à vous! à améliorer : éclairage en cours de cuisine, à mon sens un peu plus de coordination en live pour répondre aux questions, saper les questions désobligeantes, pour éviter de perdre du temps, consacrer ce temps aux autres questions. A bientôt !

++ : Merci pour les précisions que l'on ne trouve pas dans les livres (Exemple : le jeune long pour personne plutôt en forme, différence entre purge de la lymphe/humeurs et purge des intestins,...). A Améliorer : Un peu trop de redite entre les formations - Peut être un peu plus d'explications "scientifiques" et d'exemples concrets pour bien comprendre les tenants et aboutissants afin de rassurer & donner encore plus envie d'expérimenter.

Bonjour j'ai trouvé ce stage très intéressant , j ai appris beaucoup de chose , j'aimerais bien d'ailleurs faire un stage de cuisine avec Irène , je me suis déjà renseigné , mais je voulais faire aussi une cure de jeune et je me demandais par laquelle commencer et avoir des conseils sur la purge a l'huile de ricin j'ai essayer hier soir mais j'ai pris que 2 cuill a soupe peut etre pas assez et ma fois aujourd'hui pas grand changement , un peu fatiguée merci pour ce stage Irène

Mieux comprendre le fonctionnement du corps notamment dans son processus de nettoyage Ayant fait un stage en juin et une consultation avec Irène en août , ce stage me soutient et me conforte dans mes choix Et booste ma détermination . Merci

Réponse

Le stage m'a beaucoup intéressé. Je suis en transition depuis le mois d'Aout. Je manquais de livres et d'explications faute de temps pour m'y consacrer. Ces 2 jours m'ont reboosté. La complémentarité d'Irène et Miguel est très intéressante. Elle fait part de son expérience de 60 ans de naturo et lui explique techniquement le pourquoi. J'aimerais toutefois mieux comprendre certaines vérités comme ce qui est cuit est mort et aussi les colles et les acides st ce qu'il y a eu des analyses scientifiques pour prouver la génération de ces toxines par les féculents et la viande? Je pense que ça apporterait plus de clarté si on s'appuyait sur des faits. Mes commentaires ci-dessous à prendre avec des pincettes bien sûr, ils se veulent constructifs. 1. Je n'ai pas su voir le temps des vidéos, je pense que ce serait bien de les ajouter au niveau de learybox sans avoir à rentrer dans le module pour le voir. Sinon je sais on les lance et on regarde le temps de vidéo. C'était un peu la course me concernant le jour 2 pour voir les vidéos et être à l'heure au live. J'ai eu des problèmes d'accessibilité sur certains modules. Je n'ai pas su d'où venait le problème. Du coup j'ai perdu du temps et je n'ai pas pu tout visionner avant le live. 2. Par rapport aux questions: Ne le prenez pas pour vous mais j'ai été étonnée par le niveau des commentaires du chat. Certaines personnes ne parlaient que de leur problème de santé ce qui n'était pas toujours d'à propos avec le live. D'autre part, certains répétaient les questions qui pourtant avaient été déjà répondues dans le cours. Voilà je ne sais pas comment vous pouvez faire pour relever le niveau ... Miguel et Irène ont assuré et ont permis de maintenir le niveau de discussion. Peut être énoncer les règles au début de formation surtout par rapport aux problèmes individuels. Je n'ai pas dit que les autres ne m'intéressaient pas, au contraire les questions personnelles en rapport avec le sujet du live permettent de nous ouvrir sur des cas concrets mais souvent ça n'avait aucun rapport avec le thème. 3. Sinon il manquait des pdf et il est dommage que les références aux livres énoncées oralement par Irène n'aient pas été disponibles avant le live ou tout au moins que nous ne sachions pas si nous allions les avoir par écrit. Je ne sais toujours pas si je les aurai mais j'ai tout noté de toute façon. Peut être pouvez vous rajouter un chapitre bibliographie dans learybox? 4. Mes questions/commentaires postées sous chaque module n'ont pas été répondues. Ce n'est pas grave mais du coup ... pourquoi laisser poster des commentaires? c'est frustrant ... autant les enlever et dire que les commentaires questions seront abordées par le chat en live 5. Voilà c'est tout! chapeau pour l'organisation! et ne vous inquiétez pas malgré mes commentaires je vous suis pour appliquer vos concepts et pour voir de mes propres yeux cette magie qui s'opère en mangeant cru! D'ici quelques mois je pense que j'y verrai plus clair. Aujourd'hui je me bats avec mes envies de ... pain ;-)

Le stage m'a mis le pied à l'étrier. Il m'a permis de rassembler les pièces du puzzle, merci ! Pour les live, les questions n'étaient pas toujours en rapport avec la vidéo précédente. De même il me semble important de faire un tri plus pertinent des questions (bien en rapport, bien formulées, pas de redites....)

Alors pour moi ce stage est une vraie révélation, Irène , Miguel , Aurélie et son mari m'ont apporté des réponses concrètes a des questions que je me posais depuis des années, un moyen simple de pouvoir prendre soins de sois et de son entourage a tous les niveaux . Un nouveau souffle pour compléter les connaissances déjà obtenues et transformer activement ma vie et celle de mon entourage , l'envie d'aller plus loin pour à mon tour devenir éducatrice de santé .

Bonjour, je suis enthousiasmé par ce stage où vous avez dû communiquer votre enthousiasme et votre simplicité. Je ne vois pas pour l'instant d'améliorations tant ce cours est déjà très riche, et bien calibré. J'ai commencé les jus, et je vais m'équiper en germe, déshydrater et blender. Merci encore à toute l'équipe Claudé Faivre de Dijon

Débutante dans le domaine de la crusine, j'étais bluffée par la multitude de recettes à réaliser. J'ai hâte d'en apprendre davantage le 14 Nov. Pour bien démarrer j'envisage d'acheter le déshydrateur pliant Sahara, mais le Code BIOVIE-IRENE3 indiqué dans votre mail pour bénéficier des -15 % N'EST PAS VALABLE. (marion.kothe@laposte.net) J'ai manqué le 1er Live de la formation. Il serait intéressant d'enregistrer les Lives et de les mettre également à disposition pendant un certain temps. Merci d'avance.

Réponse

Je suis enchantée, tellement d'informations il me faudra sans doute visionner chaque module plusieurs fois. Il y a eu des bugs sur le son le premier jour, nous sommes nombreux et je comprends que toutes les questions ne peuvent être évoquées dans les lives mais serait possible de nous faire des réponses après coup ? Dans l'un des modules vous nous encouragez à apprendre les plantes et l'aromathérapie, pourriez-vous nous indiquer des formations à cet effet ? Merci encore pour tout ce que vous partagez, ce stage me motive à poursuivre sur la route de l'abondance et de la santé. Bien cordialement Stéphanie

le stage a répondu partiellement a certaines questions cela m'aidera a continuer mon chemin.J'en ai retiré beaucoup d'encouragements ce qui manque cruellement lorsque l'on est seul a pratiquer. Néanmoins je pense que cela ne remplace pas le présentiel car chaque cas est particulier.Je vous remercie de montrer la voie

Bonjour Alors comme je l'ai dit c'est 5 sur 5 pour moi (je n'ai pas trouvé le 10 sur 10) Je suis Irène et Miguel depuis très peu de temps sur YouTube et j'ai été fasciné par le regard qu'elle portait sur la santé ainsi que Miguel et son parcours aussi fascinant..en commandant le livre j'ai vu qu'il y avait un stage et tout c'est enchaîné pour moi ...je suis au stade des purges dans le livre..c'est comme une sorte de révélation.Suite à des problèmes de santé j'avais commencé avant cela avec le miam o fruit de France Guillain regard intéressant et les bains dérivatifs dont Miguel a parlé à un certain moment . je trouve la formation très bien construite .les modules s'enchaînent et s'alternent bien. Commencez par la respiration et le bonjour à la vie c'est formidablement bien pensé. Je trouve les modules bien présentés clairs accessibles et on voudrait s'inviter par moments Finir chaque demi-journée par un live est une bonne idée et permet à chacun de rebondir même si parfois c'est difficile de s'y retrouver ce pourrait être le seul bémol tout le monde n'en est pas au même stade . Mais à chaque fois vous recentrez bien les réponses . Deux jours c'est très courts parce que comme je vous l'ai dit c'est dense et il faut absorber les informations. Mais vous avez pensé à tout le fait qu'il soit accessible encore 6 mois c'est génial ça me permet d'aller à mon rythme(c'est sans doute une raison pour laquelle je me suis inscrite je savais que je pourrais les visionner selon mes envies et disponibilités) Pour les cours de Crusine j'en ai regardé deux ils sont bien faits on apprend en toute simplicité et comme c'est du vécu c'est la meilleure façon de comprendre et de voir qu'on est face à la réalité et ça ça me parle.je ne sais pas si je me suis bien expliquée Eric et Aurélie sont vraiment super naturels dans leur façon d'être leurs conseils de parents j'aime bien aussi quand chacun d'entre vous témoigne avec vos histoires personnelles ou anecdotes.. Je suis très heureuse de m'être inscrite à ce stage je suis en pleine transformation et d'ailleurs j'ai vu qu'Irène a ouvert des stages en présentiel à Graveson j'ai décidé de m'y inscrire. Parce que je veux la rencontrer et qu'elle m'enseigne!!! Tout de bon tout de bon j'attends le livre avec impatience.. Merci à vous tous et bien à vous Merci encore pour cette transmission et cet échange. Isabelle Darbon

Bjr, pour moi on pourrait réduire la pause du midi et rajouter un autre temps pour la respiration ou le yoga , mais c'est vraiment du chipotage, c'était parfait. Pour l'animation du live, Aurélie est parfaite. Merci à tous

j'ai commencé l'alimentation vivante spontanément voici 3 semaines, et ce stage m'a apporté quelques éclairages notamment sur les purges (mais ce passage manque de précisions dans le stage). Il faut se mettre à la place de ceux qui ne connaissent rien ou pas grand chose sur cette alimentation vivante Globalement très intéressant, avec malgré tout beaucoup de répétitions...j'ai aimé la déshydratation et la lactofermentation et les cours de Crusine en général....Merci pour cet élan que vous donnez, le plus dur sera de s'y tenir....

Bonjour Une envie de me mettre à manger mieux. le moins : Les explications quant au déroulement du stage. Car au début C'était un peu la brasse coulée pour accéder et comprendre le déroulé et les lives. Merci Pour les questions du haut tout à 10 sauf un a 8 pour la com entre vous et nous. Bien à vous Sylvie

merci pour ce stage . Merci à la Vie de m'avoir fait vous rencontrer.je sais que je vais retrouver ma santé et j'en suis heureuse.je souhaite que beaucoup de personnes vivent ce chemin que vous proposez. La transition se fait facilement pour moi et j'ai hâte de cruser. MERCI à toute l'équipe.

Réponse

Bravo pour ce stage que je vais reprendre et approfondir car je travaillais ces jours là,on peut toujours améliorerdonc voici mon retour...dommage que ce soit avec des légumes d'été...je pensais que c'était plus axé sur les légumes de saison , d'automne....dommage que vous ne parliez pas plus des différents appareils utilisés qui pourrait être 1+ quand on est novice et faire plus de gros plans sur les plats réalisés.j'ai vu après le stage qu'il y en avait un autre d'organiser en décembre. Ce serait peut être bien de les annoncer plus à l'avance afin qu'on puisse mieux faire son choix sur les dates.Autre chose qui n'a rien à voir, j'ai envoyé un mail pour des renseignements sur le stage à Cabannes mi janvier et je n'ai toujours pas de réponse? Merci pour cette belle découverte , tout de bon :-)

C'Était trop bien mais trop court 😊

Parfait Merci!

Ce stage m'a apporté une bien meilleure compréhension du corps humain et m'aidera dans ma transition. J'aurais aimé en apprendre plus avec un protocole plus précis sur les purges que je pratique déjà suite à une consultation avec Nelly. Un grand merci pour cette formidable transmission et la qualité des informations transmises.

Le plaisir de partager avec des amies , les respirations profo des de Miguel.

Ce stage était très concret tant au niveau connaissance et pratique. Un grand merci à vous tous. Vous avez su transmettre le message crucial "La vie est belle, prenons en soin et prenons soin de nous" Ca se ressentait dans tout Il m a permis de mettre en place très vite un changement dans mon alimentation et mon hygiène de vie en intégrant la respiration Wim Hif à mes pratiques quotidiennes ca a été une expérience d'une extrême richesse.cependant sauf erreur de ma part des questions restent sans réponses durant les live, surtout concernant cette nouvelle pratique de respiration et j aurais aimé recevoir un petit récapitulatif des diverses informations énoncées durant cette formation: sites, livres, la technique Wim Hof décrite (j ai été la chercheur site;)...je n ai pas trouvé les recettes écrites des vidéos crusine Je conçois tout a fait que nous avons notre partie de travail à effectuer, je cherche la petite bête pour être constructive en vue d amelioration. GRATITUDE Véronique

Bonjour ! Mon curseur ne va que jusqu'à 5 alors c'est le maximum de satisfaction sauf pour les petits bugs organisationnels qui ont fait que je n'ai pas pu suivre le cours en toute sérénité dans le temps voulu. Je trouve également dommage que la formation ne soit pas permanente mais limitée à 6 mois, y'a tellement à faire et dans l'urgence ! Mais en tout cas bravo pour la qualité de celle-ci ! Tout de bon ! Elise

J'ai ADORE ces deux jours passés en votre compagnie. C'est une RENAISSANCE pour moi! J'ai appris énormément . Vous respirez la générosité, la bonté et IRENE GROJEAN une superbe petit bout de Femme. Merci !!

Sa ma confirmer une prise de conscience ,de la connaissance sur plusieurs sujets et donner la force de me prendre en main...

Ce stage m'a fait prendre conscience de l'importance de respecter les mois de la nature et de prendre soin de soi au plus vite. Merci beaucoup, j'ai beaucoup apprécié.

Grâce à cet aperçu de vos connaissances mises en commun, lors de ce magnifique stage en ligne, j'ai acquis la conviction que c'est dans cette voie que je veux me diriger.J'aurais vraiment aimé pouvoir profiter de l'expérience et des compétences du Dr Miguel Barthelemy, mais je comprends qu'il est trop pris pour les nouveaux.Je veux apprendre à bien faire, approfondir les sujets abordés lors du stage, et plus encore. A long terme, j'aimerais pouvoir utiliser mes connaissances en tant que naturopathe. Merci pour votre excellent travail

J'ai vu la première partie et j'ai aimé, par manque de temps je regarderai un peu plus tard la seconde partie. Je vous remercie infiniment pour cette belle formation.

Réponse

Merci pour ce stage seulement je n'ai RIEN RECU DE VOTRE PART AUCUNE FICHE, je pensais que vous allez répondre après le live aux questions par e mail mais pas de réponse ce stage m'a INFIN incité à commencer à manger et cuisiner cru et à faire la cure d'huile de RICIN c'est très positif POUR MOI j'espère recevoir les FICHES ODILIA

J'ai appris énormément: tant sur le plan théorique que pratique, me suis empressée d'amorcer des changements: plus de fruits, nouvelles recettes de cuisine, respiration, merci à la vie, une purge (oui, je m'y étais préparée). Le contenu théorique du stage est simple et logique. très bien le format, et assez de temps pour bouger entre les modules. Durée; bien. Tout très bien en fait. Merci pour votre générosité! Un vrai bonheur ce stage! A bientôt pour un stage en présentiel....

Je suis Naturopathe depuis 2 ans dans l'Ain et comme vous je ne cherche pas à traiter le symptôme mais bien la cause, de la cause, de la cause (Enfin de pratiquer la VRAIE Naturopathie). Comme je vous l'ai laissé dans un commentaire d'un de vos lives, je suis vraiment heureuse d'avoir reçu votre formation. Je me suis promise de faire un stage chez vous. J'aimerais vraiment échanger avec vous car vous êtes une Vraie science. Je remercie aussi Aurélie, Eric et Miguel pour leur professionnalisme et leur qualité d'explication. Vous êtes une super équipe. Comme la pensée créée, je pense bien à vous tous et me dit que nous nous rencontrerons et qui sait... Bien à vous Stéphanie Chabert

Ce stage a été une révélation pour moi et me donne des clés pour prendre ma santé en main.

Bonjour, J'ai adoré ce stage j'ai appris des choses très intéressantes merci encore. La seule chose qui m'a un peu dérangé concerne les lives. Tout d'abord la manière dont nous parlait Miguel était parfois désagréable, il était pourtant très pédagogue lors des vidéos enregistrées et tellement intéressant. Je trouve ça dommage de faire passer le message de cette manière car j'avais parfois l'impression de me faire "gronder". De plus il me semble que les choix de questions lors des lives n'étaient pas toujours appropriés car parfois éloignées du thème choisi et parfois répétitives. J'ai trouvé Aurélie (si je ne me trompe pas de prénom) plus pertinente dans ses choix de questions. J'imagine bien-sûr qu'il est loin d'être évident de répondre à 300 personnes en live. Voici mon retour qui j'espère sera enrichissant pour vous, Merci encore pour cette découverte, Aziliz Tranchant

Cette Formation a été une Révélation absolue ! Ma Vie a complètement changé ainsi que celle de mon compagnon et notre fille de 10 ans qui s'intéresse depuis à la Cuisine! Elle veut faire un repas tout cru pour Noël !! Nous sommes en train de changer de Paradigme et c'est le moment propice pour nous remettre à l'endroit, pour devenir le changement que nous voulons voir sur cette Terre, dans cette Humanité depuis si longtemps. Manger vivant a remis en mouvement tant de choses dans le corps, il est heureux de se nettoyer, il se régale de cette nourriture vibratoire, nous ne faisons plus que 1 ou 2 repas par jour, nous mangeons beaucoup de fruits, c'est un peu comme si je redécouvrais les "vrais goûts"... Moi qui compensais avec la nourriture, je ne me reconnais plus, plus de tentation, envolées ! c'est presque miraculeux! D'autant que je me sentais vraiment perdue avec tout ce que j'avais essayé (prise de sang pour connaître les intolérances alimentaires, régime du groupe sanguin, cuisine sans gluten et sans lactose, aliments fodmap, jus à l'extracteur, jeûne intermittent...) sans grand succès et surtout sans cette Transformation globale que je ressens aujourd'hui. Je me sens comme à l'heure du réveil de Printemps d'une graine qui était endormie depuis des décennies. Et puis l'esprit est plus léger, plus connecté, relié, l'émotionnel est bcp plus stable, les événements extérieurs ont moins de prise. L'essentiel semble retrouver sa juste place. 5 jours après la formation nous avons même transformé un morceau de notre jardin en potager suivant la permaculture. Nous avons conçu 4 lasagnes, quelle énergie et quel enthousiasme retrouvé. Nous voulons nous relier plus que jamais aux éléments, à la Vie, à l'autonomie, à la sobriété heureuse... Cultiver nos fruits et légumes (tandis que d'autres font des stocks de riz et de pâtes), est devenu pour nous une évidence ! Un immense merci à Irène pour sa générosité, à la Richesse et à la Vibrance de sa Transe-Mission... Un immense Merci à Miguel pour cette découverte de l'importance capitale de la Respiration. Un grand Merci à toute l'équipe qui facilite et soutient le travail lumineux d'Irène. GRATITUDE ! QUEL CADEAU ! JE CROIS QUE MON ÂME ATTENDAIT CE RENDEZ-VOUS DEPUIS 45 ANS !! Alice plus que jamais Alive !

Réponse

Ce stage m'a Beaucoup plu, il m'a donné de la confiance pour me lancer dans cette expérience de l'alimentation crue et végétale sans avoir peur des carences et avec la tolérance pour soi même pour y aller à son rythme , ça me motive particulièrement ! Concernants les modules , les apports , la concision et les explications plus « médicales » de Miguel ont vraiment complété les explications plus « pratiques » relevant de la longue expérience d'Irène . J'ai trouvé les modules sur la respiration très bien et tous les autres sur la théorie également avec un petit bémol sur le premier sur le bonjour à la vie : j'ai trouvé le « Fond » de ce module intéressant et même essentiel mais la « Forme » pourrait être corrigée ; le propos m'a semblé trop répétitif ! Par ailleurs , au niveau technique, je n'avais pas compris au départ que les modules pouvaient être écoutés quand on voulait et qu'on pouvait donc choisir lesquels écouter avant le live, donc je n'ai pas eu le temps d'écouter les plus importants pour pouvoir préparer les questions avant le live. A part les questions écrites il y avait la possibilité de poser une question en direct ? Cela n'était pas clair non plus pour moi . Merci, bravo et bonne continuation Isabelle Richard

Cela fait deux ans que j'ai commencé ma transition, actuellement je mange 100% cru fruits le matin, légumes le midi, fruits le soir. Je voulais approfondir mes connaissances surtout pour les purges que je n'ai jamais expérimentées car je ne savais pas comment m'y prendre et surtout quel produits acheter. J'espère pouvoir à mon tour un jour apprendre aux Aveyronnais à manger vivant et à nettoyer leur corp afin de ne plus être malade. PS je n'ai pas mis de note aux cours de crusine et à la qualité des réponses du sav, car j'ai fait la formation en travaillant, et je n'ai pas encore eu le temps de les voir En espérant vous rencontrer Merci Belle soirée à tous Magali

J'ai été entièrement conquise et convaincue. Les propos des intervenants ont résonné tellement fort en moi, comme une évidence. Après avoir commencé la crusine depuis un mois, j'ai eu la confirmation que je pouvais mettre en pratique les purges. Ce que j'ai fait après cette formation. Un stage complet avec des explications claires et précises, rien de compliquer, juste, à mettre en pratique. Un grand MERCI à tous.

Bonjour, Dans l'ensemble j'ai beaucoup aimé la formation. Voilà selon moi des choses à améliorer: D'abord dans les vidéo c'est très dérangent les gens qui passent en arrière. Une fois ça va, mais ça arrive trop fréquemment. Dans certains lives on avait du mal à comprendre Miguel Je ne sais pas comment vous pourriez organiser les questions pour que ce soit plus efficaces. Il y a tellement de commentaires inutiles que les questions importantes se perdent dedans. Voilà. Merci encore Emmanuèle Bompard

Enthousiasmée par cette enseignement, très motivée pour le mettre en application, même si je pense avoir besoin d'un coach pour la mise en œuvre, certaines problématiques personnelles de santé me posant question. Ce n'est que le début d'une sacrée remise en question ! Merci beaucoup !

Une véritable prise de conscience et une parfaite compréhension des maladies que l'on a et comment on peut aller mieux. Que le véritable changement et la pleine santé sont à l'intérieur de nous. En ce qui concerne l'amélioration, au niveau des live, ce serait bien que les questions soient plus centrées sur le thème de la journée. Mais encore merci pour ces stages, vous êtes tous supers.

Réponse

Bonjour, c'est la première fois que je fais un stage avec Irene, j'y ai découvert surtout la respiration, les purges... Les live étaient un peu compliqués pour moi car je ne suis pas inscrite sur google qui permet de se connecter aux live, je ne pouvais donc pas poser de questions... Par mon adresse mail en me connectant sur la formation directement j'ai pu poser des questions le jeudi mais pas le vendredi, car vous ne le proposiez pas, j'étais déçue bien que tellement de questions étaient posées. A ce sujet c'est drôle de voir que l'on pose toujours les mêmes questions, et que vous devez répéter et répéter, en fait je pense que l'on n'est pas sûr de soi et l'on a besoin de travaux pratiques. IL me semble qu'une formation n'est pas suffisante, j'ai beaucoup appris en deux jours mais ne suis pas encore sûre de moi. je n'ai pas de critique à vous faire. Je vous remercie tous pour ces deux jours, Irene cette petite femme si impressionnante. Elle m'a fait penser à soeur Emmanuelle !! La prochaine fois j'aimerais beaucoup faire un stage en live avec vous. Vous avez tous été parfaits, j'ai été enchantée par cette formation qui était parfaite pour une prise de conscience, j'en parle à toutes mes amies, et j'ai une vie sociale assez intense à ce propos c'est ma difficulté de passer au cru nonstop. Merci beaucoup à vous tous pour ce partage et à bientôt j'espère martine guillonneau

"LIBERE DELIVRE" dans ma tête....voici en deux mots ce m'a apporté ce stage. Apres avoir suivi les formations de thierry casanovas, acheter le livre d'irene Grosjean, expérimenter jus de légumes/jeûn/purges/lavement/...J'étais complètement PERDU!!! Chaque bouchée (cru/bio/bad bouffe) était sujet à interrogation...et ma fille de 4 ans? comment faire? avec la cantine? pour sa santé...Et a la suite du stage...j'ai ALORS COMPRIS, TOUT CE QUE J'AVAIS APPRIS A PRIS DU SENS ...TOUT S'EST REMIS EN PLACE... comme une évidence. Et au réveil le lendemain, mon regard sur mon corps a changer, je n'ai pas DU TOUT RESENTI le besoin de me peser (c'est un exploit, car chez moi c'était TRES TRES TRES maladif). C'est comme ci je parlais avec mon corps..je l'ai regardé/je me suis regardé et je me suis dit "je t'entends, maintenant je te comprends. désolé d'avoir pris tout ce temps, j'avais pas le bon traducteur. Alors je suis là, je t'écoute...dis mois ce qui ne va pas on va s'entraider". Les améliorations? la sélection des questions dans le chat..Quand c'était Aurélie rien a dire. La sélection était juste et elle répondait a certaines questions directement dans le chat. Par contre quand c'était "son mari" alors c'était moins efficace, il sélectionnait des questions de personnes qui visiblement n'avait pas regarder les vidéos de formation...frustrant ainsi les autres. On aurait souhaité bien sur plus de détail notamment sur les choix entre les différents types de purges salines et les éventuels symptômes...mais ce format à l'avantage d'être CONCIS... donc ce n'est pas plus mal. MERCI A TOUTE L'EQUIPE. Je ne regrette pas d'avoir souscrit à la formation...le rapport/qualité prix..RIEN A DIRE!!

J'ai vraiment beaucoup apprécié, comme nous venons du Québec les heures ne correspondaient pas alors nous avons écouté la formation en différé et ce fût très bien. Nous avons déjà un bon pas de fait dans l'alimentation vivante, je crois qu'avec cette formation le coup de grâce est donné!!! Un gros merci à toi Irène et 'à toute ton équipe. Nadine Joannette

QUALITE AUDIO ET VISIO

Ce stage m'a apporté beaucoup de réponses manquantes, baignée dans la naturo et l'alimentation saine depuis fort longtemps mais sans aller jusqu'à appliquer tous les principes fondamentaux. D'une part cela conforte ce que notre maman a toujours voulu nous enseigner et qu'elle a toujours suivi instinctivement. Avec vos explications et vos recettes je me réjouis de pouvoir appliquer tous les concepts de l'alimentation vivante, de pouvoir faire ce nettoyage et hâte de voir les effets. J'ai enfin compris ce qu'étaient les maladies. Vous avez tous été de vrais guides de la santé, et j'espère un jour pouvoir l'être aussi... Un grand merci !

Réponse

Bonjour ayant vue toutes les vidéos d Irène je n ai pas appris grand chose par contre la respiration j ai beaucoup appris et aimé. On a répondu à mes questions mais quand je me connecte pour voir impossible de savoir où est la réponse du staff.... Ne pouvant m offrir pour l instant un stage en direct j ai apprécié le coût de la formation et m amuse à découvrir et essayer tout un tas de recette crue j ai commencé il y a un an grâce à you tube et je viens de recevoir mon extracteur de jus oscar un vrai délice prochain objectif un déshydrateur.... Le seul hic c est que je fait des saisons en restauration et tout ça bouleverse mon quotidien à 54 ans pas facile de se ré orienté encore une fois. Mais bon je commence la meilleure moitié de ma vie alors je vais me laisser guider. Le concept de la corne d abondance : excellente idée. Bonne santé à tous et merci Christine

J'ai appris beaucoup et je vais approfondir. Par contre, je suis déçue car je n'ai pas reçue les pdf de la formation comme indiqué à plusieurs reprises par Miguel.

Ce stage m'a apporté le désir d'approfondir mes connaissances sur la lymphe (j'attends votre livre avec impatience ! Miguel) et il m'a renforcée dans la détermination d'effectuer une réelle transition alimentaire . La clarté et en même temps le calme ET LA JOIE de votre propos m'encourage à continuer sur ce chemin de la santé . J'apprécie particulièrement la précision de vos explications . Je vous écoute déjà depuis 2 ou 3 ans régulièrement , mais je n'avais pas bien compris pourquoi j'arrivais toujours à un moment de ma transition à un point où je retombais dans mes erreurs, tentations du passé . Et je crois bien avoir enfin compris ! Les purges ! la Solution ! J'hésitais à faire des purges d'huile de ricin toute seule , maintenant mes craintes sont écartées . J'ai déjà pratiqué les autres purges ponctuellement , avec des résultats intéressants mais pas suffisants pour m'éviter des rechutes (mes origines gersoises sont difficile à oublier !). J'ai aussi puisé la force de changer d'état d'esprit quand le négatif pèse trop dans la balance . Sans doute cette fois- ci j'étais prête ! Je puise aussi beaucoup d'espoir pour la suite de ma vie et de ma guérison ... Enfin ce stage et votre rayonnement à tous les trois me donnent aussi le désir de transmettre cet appel vibrant à La Vie en Abondance ! Je suis prof de Lettres en Lycée, et croyez- moi en ce moment il est urgent de se réveiller et de donner de l'espoir mais aussi de la volonté, de la détermination aux jeunes générations . Merci beaucoup et dans quelques années à la retraite , j'espère être assez en forme pour diffuser votre message et vos enseignements (quand je les aurai bien intégrés moi-même !) MERCI Tout de Bon Dominique (Mme). Pour l'amélioration , je ne vois rien de précis à faire comme retour immédiatement , tant votre formation est bien structurée .

J'ai bien aimé ce stage. C'est la première fois que j'assiste à un tel stage en vidéo. Ce qui me manque c'est les documents à lire car j'avais compris que ce n'était pas la peine de prendre des notes et que des PDF seraient disponibles. Merci beaucoup aux instructeurs. Tout de bon

Réponse

Bonjour, l'approche de notation ne me parle pas, je préfère dire les choses, ne m'en voulez pas trop Ainsi: - Connaissant Irène Grosjean par son livre, je me suis plu à réentendre les grands principes dans ce stage et c'était même mieux depuis quelques temps déjà je m'intéresse à la Naturopathie, et souhaiterait continuer dans cette voie - la durée du stage, trop courte bien sûr, mais déjà l'essentiel est donné, -les lives: trop de personnes les ont suivis en n'ayant pas écouté au préalable les cours; c'est dommage mais j'ai remarqué que c'était la tendance personnellement j'ai pu y trouver des précisions quant à ce qui avait été énoncé dans les vidéos cours, voire même sur des sujets non soulevés en vidéos/cours -les vidéos cours: sous forme de dialogue, j'ai trouvé cela super; le format vidéos permet des allers retours sur le dialogue et la prise de notes est plus efficace la vidéos sur le module Jeûne/Purges beaucoup de choses sur les purges très très peu sur le jeûne, dommage la 1ère moitié de la vidéo étant un rappel des énoncés précédents, on arrive aux vrais sujets qu'à la moitié de la vidéo -qualité du SAV: il doit être débordé, car perso je n'ai toujours pas eu de retour concernant mes deux tickets déposés - cours crusine: on ne se lasse pas de les regarder, et on en voudrait plus !!! - Rapport qualité/prix: Comme il était précisé dans le message d'annonce, c'est le tarif d'une consultation chez un Naturopathe...un peu plus je dirai (chez nous 100€) nous avons eu beaucoup de précisions quant à une meilleure connaissance de notre corps et de son fonctionnement nous ne sommes pas ressorti avec un bilan de vitalité, et une meilleure approche de notre changement "particulier" en fait, l'objectif du stage était de nous faire toucher du doigt l'appréhension de notre alimentation et des conséquences heureuses ou malheureuses sur notre organisme c'est déjà un grand pas !! Comme le précisait Miguel, nous ne sommes pas des spécialistes, il faut pratiquer et ressentir depuis quelques temps je "m'aventure" dans ce schéma; mais par humilité il me faut encore apprendre !!! je fais partie de celles et ceux qui demandaient une consultation avec Irène; j'ai pris connaissance de la liste des praticiens qui ont été formés par elle, HE LAS, je ne me retrouve pas géographiquement dans les adresses la liste n'est peut être pas exhaustive, mais je suis dans le 77 proche de Disneyland, y a t'il un ou une praticienne dans le secteur??? (Paris n'est hélas auj pas possible) Voilà mon ressenti, dans des jours meilleurs peut être tenterais je un stage en présentiel ! tout est possible En attendant un grand merci à toute l'équipe, à Irène pour sa disponibilité, à Miguel pour son éclairage prenez soin de vous et que le positif soit moteur de nos journées à venir !!!! Namasté Laurence CHASSEING

Bonjour, j'ai beaucoup aimé la joie et la bienveillance qui ressortaient particulièrement des cours de crusine. Les contenus des cours sont bien pensés dans leur ensemble et l'expérience partagée d'Irène est sans commune mesure. Les modules de respiration de Miguel sont très sérieux et pointus. Merci. En revanche, j'ai fini par abandonner à regret les lives. Je pensais que mes questions en dessous des cours pourraient alimenter les lives. Le flux des questions étaient souvent trop personnel et orienté vers la souffrance et la maladie. Et enfin, plus important, il me semble, ce serait bien de laisser davantage laisser parler Irène. Miguel a eu quelques tendances à couper la parole et a beaucoup monopolisé le temps. L'expérience et la sagesse d'Irène ne sont précieuses, nous sommes là pour l'écouter et l'accompagner. Ce qui n'empêche pas Miguel de dire des choses intéressantes mais peut-être a-t-il besoin de davantage de place pour lui (cf. module respiration). Certaines crispations orientant parfois le dialogue sur les camps "nous" et "vous" (type "vous devez comprendre", "vous devez faire l'expérience sur vous") me sont apparues comme trop dogmatiques et pas assez posées...Notamment lors du dernier live. C'est dommage car le reste est au top ainsi que les autres intervenant.e.s qui sont très doux, dans l'écoute et que j'aimerais aussi entendre davantage. Alors "tout de bon".

Bonjour, je suis Martine Gandibleux, j'ai 57 ans et toujours curieuse d'apprendre pour améliorer ma Vie et évoluer dans la bonne Santé, ce stage m'a vraiment réjoui à tout point de vue, recette, live, vidéo... Expérimenter est le mot juste, vous nous donnez de belles bases et puis à nous de voir comme dit Irène, rien d'intrusif c'est cela qui m'a beaucoup plus. Apprendre, apprendre apprendre. Continuez surtout... Quel bonheur...Et encore merci pour vos connaissances si généreusement partagées.

Merci beaucoup, je comprend que vous avez eu beaucoup des questions mais je ne pas trouvé des réponses au miennes ni en live ni en privé, c'est dommage, mes questions étaient pas très personnels je considère très global. Merci infiniment pour le cours qui était quand même très bien.

Réponse

Merci encore pour ce stage tres instructif . Il m a permis de retrouver des evidences en fait. Tout se tient.et tout est si simple. Je suis tombée par hasard sur le site d Yvonne ayant de gros pb digestif depuis une quinzaine de jours ni plus aucun appetit.j ai tjrs eu une santé fragile et donc du mal a vivre pleinement .Après avoir vu plusieurs videos dYvone sur you tube j ai commencé immédiatement la nourriture vivante et j ai accueilli ce stage comme une magnifique opportunité. J ai deja plus d energie et suis heureuse de choisir mes fruits le matin. J aimerai en apprendre plus sur la respiration wim hof. J ai demande une consultation privee a mr fraschina pour me rassurer sur les jeunes et purges. La formation etait tres reussi dans l ensemble.bien construite. J aurai peut etre aime plus de tchat pour detailler les methodes de purges et bains et respiration .j ai achete le livre d irene et celui sur la cuisine. J ai fait et adore les spaghettis bolo..et tarte abricots !

J'ai beaucoup aimé ce stage , l alternance entre video respiration, votre format a 2 mains qui est top .J'étais venue rencontrer Irène il y a 6 ans et j'avais initié ma transition alimentaire et j'ai rechuté mais je sais que cette fois cela va marcher car je n'aurais pas une 2 chance. Vous êtes en plus très beaux et votre humanisme m'a touché. Je vous remercie et des que nous serons sortis de ce lock down je viendrais vous voir . Passez une très belle journée. Elise

Ce stage a été une découverte, il va me permettre d'adopter une certaine pratique dans mon alimentation et le nettoyage du corps; cependant je ne suis pas prête à tomber dans l'extrême du cru. Je vous remercie

Je vous remercie d'avoir créé ce stage en ligne qui permet d'avoir de riches informations de Santé. Cela montre bien que la compréhension de la Santé est accessible à tous lorsque elle est expliquée par des personnes qui incarnent parfaitement ce qu'elles nous transmettent...

Bonjour. D abord merci à Irène et toute son équipe pour ce stage très enrichissant. Ce sujet est nouveau pour moi, j ai conscience de la nécessité de mieux choisir ma nourriture pour être en meilleure santé et de donner à mon corps des aliments vivants et naturels qui lui sont nécessaires mais je reconnais que c'est un changement qui me fait me poser beaucoup de questions qui mériteraient d être approfondies... Question contenu, je trouve celui-ci un peu " redondant", souvent ce sont les mêmes réponses et exemples qui reviennent... J ' aurais aimé avoir des témoignages ou exemples de personnes qui partant de " rien" ont réussi à changer complètement leur régime alimentaire. Je me demande comment je pourrais me conformer complètement à tous ces changements... Mais je suis certain de la véracité de vos paroles, pour être bien avec soi même, être relié à son Créateur et à sa Création, notre alimentation est essentielle... J ai beaucoup apprécié le module" Bonjour la Vie " d' Irène. Assurément, c'est une Belle personne qui mérite d'être connue et reconnue et à qui j envoie en particulier ainsi qu' à toute son Equipe , tout mon Amour et ma Reconnaissance... Que Dieu vous Bénisse en abondance pour tout l' Amour dont vous faites preuve. D. BERNARD.

j'ai beaucoup apprécié ce stage qui m'a confortée dans la transition que j'ai déjà faite et je vous ai écouté avec attention et tendresse j'apprécie votre simplicité et votre patience à améliorer : le tri des questions pour les live ; beaucoup de questions hors sujet et redites bravo et merci pour ce travail tendrement joyeusement Martine

Le stage m'est apparu comme une solution à de nombreux maux, en donnant des exemples concrets pour y remédier. La suite logique étant de pouvoir être accompagnée. Merci pour ce grand partage. Bien cordialement. Anne kolos.

Réponse

J'avais sans doute trop d'attentes avant de commencer ce stage, et pas d'idée de la façon dont ça allait se passer vraiment. J'espérais un accueil en live, une petite présentation sommaire pour expliquer son fonctionnement et comment faire pour suivre son bon déroulement. Au lieu de cela je me suis retrouvée complètement désemparée devant mon ordinateur, attendant un signal de connexion, une voix amie qui n'est "jamais arrivée". Je me suis perdue dans les cours de crusine, j'ai envoyé un mail à "Julie chargée de développement" et j'ai fini, un long moment plus tard par trouver le fil conducteur du stage, avec les "modules" et quelques "live" où, une fois de plus, nous n'avions qu'un contact par "chat", ce que j'ai trouvé très frustrant. Evidemment, avec plus de 300 participants il ne pouvait pas en être autrement, mais j'ai regretté que les questions ne soient pas lues et sélectionnées en amont en fonction de leur pertinence car il y a eu beaucoup de temps perdu à répondre à des choses déjà vues, ou qui allaient être vues plus tard, tandis que d'autres questions passaient à la trappe. J'ai pensé que ce serait bien de faire en dehors un résumé des questions les plus intéressantes, et non traitées au cours du stage, et de nous en donner les réponses à la fin, écrites ou orales, pour celles qui n'évoquaient pas des pathologies de particuliers. A ce propos je voulais saluer la prestation d'Aurélie dans le rôle difficile de sélectionner des questions tout en répondant à d'autres par écrit pendant ce temps... Chapeau ! J'ai tout à fait compris l'agacement de Miguel et la réaction d'Irène face à des commentaires désobligeants et des questions sur des problématiques longuement exposées lors des podcasts... Mais les avaient-ils déjà visionnés à ce moment là ? Je suis très satisfaite du contenu des cours théoriques, et je n'ai pas encore vu ni pu essayer tous les cours de crusine ;-) Je n'ai pas utilisé le SAV. Je voudrais remercier Irène et Miguel pour leur bonne humeur, leur simplicité, leur souci de partager leur expérience et leurs connaissances avec le plus grand nombre. Grâce à vous j'essaie d'être plus positive et "vivante". J'avais déjà apporté un peu de vitalité dans mon alimentation avec les graines germées et beaucoup de cru, maintenant je vais plus loin avec les jus de légumes, et j'ai testé la purée de fruits ! Je pense davantage à ma respiration, et j'espère avoir l'occasion de vous rencontrer un jour "en vrai" ! Tout de bon !!! Laurence

Bonjour. Suggestions pour améliorer : Peut être devriez vous faire des lives spécifiques pour les questions concernant les enfants, car elles comptent plus de 80% du temps des lives. Les gens qui n'ont pas eu la chance d'avoir des enfants, et n'en ont pas dans leur entourage, perdent donc un temps précieux, qui pourrait servir à répondre à leurs questions ou à d'autres questions pertinentes. A quoi servent les questions sous les cours-modules, si au final vous ne sélectionnez que celles du tchat et n'y répondez pas à l'écrit par la suite ? Peut être aurait il fallu nous prévenir de lire le tchat PENDANT le live car des réponses s'y trouvent glissées. Peut être devriez vous faire le point entre vous pour ne pas sélectionner les questions dont les réponses se trouvent dans les vidéos déjà disponibles ou à venir le long du stage, ainsi que les questions dont les réponses ont déjà été apportées dans 1 live précédent. Peut être ne devriez vous pas sous-entendre que telle ou telle question relève d'une "consultation cachée" et ainsi refuser de la sélectionner, car si les consultations consistent à juste répondre à une question d'1 phrase, les listes d'attentes d'Irène et Miguel seraient bien plus courtes, car leurs consultations dureraient 5mn. En début des vidéos de respirations, ce serait bien de prévenir qu'il vaudrait mieux se couvrir ou prévoir une couverture à portée de main. Pour finir ce serait bien de faire des essais micro avant les lives et de s'équiper en vrais micros. Et pour le son des cours-modules, des micros qui ne frottent pas sur les vêtements, et ne s'éteignent pas en plein cours. Apport personnel : Toutes les recettes crues filmées et en PDF. Je savais déjà pas mal de choses car je suis tous les vitalistes depuis des années et ai lu beaucoup dessus, néanmoins j'ai quand même appris des subtilités et en apprendrait sûrement d'autres en regardant de nouveau les vidéos d'ici fin avril. Car c'est vrai qu'on décroche sur une telle intensité d'informations sur 2 jours, surtout en période de confinement, où on cuisine et où on mange en même temps, pour pouvoir aller marcher pendant l'heure de pose du midi. MERCI N

Réponse

Un grand merci Irène pour cette formation. J'ai tout de suite adhéré à ce programme. J'avais visionné tes vidéos sur YouTube. J'ai été plus emballé quand j'ai lu ton livre. Comme tu le dis si bien : c'est du bon sens. Le stage m'a fait prendre conscience que je dois absolument changer de logiciel ou le remettre à l'endroit. J'ai pris conscience qu'il faut que je m'occupe moi-même de ma santé, donner à mon corps les aliments qui lui conviennent. Aussi, j'ai bien retenu qu'il faut nettoyer, éliminer les toxines qui s'accumulent dans mon corps. J'ai déjà commencé, également à manger du cru. Je suis aux fruits pour le moment. Vraiment, Irène, je ne sais comment te remercier, tellement que tout ce que tu dis est sensé. Il fallait bien que quelqu'un pense ! Et ce quelqu'un c'est toi ! Quant à ce que vous pouvez améliorer, ? Pour moi pour l'instant je ne pas me prononcer. Merci !

Découverte de la cuisine, la respiration ainsi que les livres très intéressants (j'ai appris beaucoup de choses)

Ce stage m'a permis de découvrir un monde dont je présumais l'existence - le monde de la nourriture vivante et crue - auquel j'adhère désormais totalement. Vous m'avez convaincue. toutefois les horaires des lives ne me convenaient pas en raison de mon travail. et faute de temps je n'ai pas encore tout visionné. mes 5 dernières réponses sont médiocres - durée trop courte, communication pour ma part inexistante donc pas de SAV - les lives bien faits sont parfois difficiles à suivre quand vous êtes trois, problème de micro, coupure de parole entre vous, petit manque d'organisation et pas assez de théorie et de récapitulatif oral à chaque fin de session. les supports écrits sont de qualité mais pas assez nombreux; des questions restent en suspens, mais j'ai fait mon premier pot d'un litre de légumes lactofermentés et mes graines germées aujourd'hui. merci et bonne continuation

Bonjour Irène, Miguel et Aurélie, Je vous remercie pour la qualité du contenu abordé, j'ai trouvé ce stage très intéressant, j'essaie de continuer les exercices de respiration le matin avant de commencer la journée. Je ne peux pas évaluer la qualité des cours de cuisine, ne les ayant pas écoutés encore. Et pas eu besoin du SAV. Quant à la qualité des livres, très pertinents pour ce qui a été abordé ! juste dommage que beaucoup de questions écrites n'aient pas été posées mais que je comprends très bien vu le temps imparti. Très satisfaite de ces 2 jours ! Y'a plus qu'à ;) Un grand MERCI encore !!

J'ai beaucoup appris et apprécié le contenu de votre formation. J'ai testé le jour même quelques recettes et oui, c'est excellent et on n'a pas du tout faim pendant la journée. Les 4 formats : cours théoriques, cours de cuisine, séances de respiration et lives, proposent une approche approfondie et diversifiée pour révolutionner progressivement et agréablement son mode de vie. Pour les cours théoriques, j'aurais aimé qu'ils soient un peu plus synthétiques, mais ce n'est qu'une question de forme car le contenu est intéressant. Bravo à toute l'équipe pour ce beau travail !

Une sérénité, une envie de continuité et de pérennité Et d'être au top pour donner envie autour de moi Prochaine étape continuer de lire tes livres, ceux de Nelly et appliquer chaque jour avec légèreté et abondance MFC Merci, merci

Bonjour merci pour le stage j'essaye de vous contacter à plusieurs reprises vous m'avez chargé 2 stages est-ce possible d'être remboursé pour un stage merci

Tout de bon, ton de bon, tou de Bon! Que du bon et du positif dans tous les angles de ma vie Merci!...

J'ai déjà lu le livre d'Irene, regarder 10000 fois les vidéos de Miguel, et ce stage m'a permis d'en apprendre encore et encore.....Alors MERCI la prochaine étape si c'est possible c'est un stage réel....😊😊😊😊 BRAVO à toute l'équipe vous êtes FORMIDABLE

J'avais déjà introduit beaucoup plus de cru dans mon alimentation ce stage m'a convaincu de ne manger que du cru j'ai éliminé tout le reste merci à vous et à votre bonne humeur

Réponse

Cette formation est déconcertante de simplicité et de bon sens. Cela m'a conforté dans ma manière de penser, que le comportement, les humeurs, l'état d'être général dépendait en grande partie de notre hygiène de vie et surtout de notre assiette (c'est à dire la nourriture vivante). Cela m'a permis aussi de poser les mots sur certains maux et de mieux en comprendre l'origine ou la genèse (personnel ou familial) Les explications des modules d'Irène et Miguel sont claires et variées, et ces derniers sont réactifs et pédagogues dans les "lives", bref je n'ai pas décroché de l'écran !!! Littéralement captivée !! Que du POSITIF !!! MERCI Tout de bon ! Mouna D.

Bon Jour toute l'équipe, Irène, Miguel, Aurélie, Eric,... c'est un précieux cadeau que de pouvoir poursuivre les pratiques du matin avec les vidéos et l'accès prolongé ! 6 mois pour ancrer de nouvelles et merveilleuses habitudes ! J'ai assisté au stage de Cabannes ce mois d'août dernier et je ne regrette nullement d'avoir opté pour la formation en ligne car mes oreilles se sont ouvertes sur de nouveaux propos, ma compréhension s'est clarifiée sur des concepts. De plus, la formation en ligne va soutenir la mise en place de mon plan de santé suite à une consultation avec Miguel. PS : qu'en est-il des documents sur les points de théorie (c'est ok pour les pdf cruisine) ? j'ai un peu cherché mais rien vu. Gratitude et joie d'être connectée à la radieuse famille de la vie en abondance Patricia

Bonjour, Ce stage a été pour moi d'abord une bonne révision par rapport aux documents disponibles en vidéo youtube, sur le site d'Irène et dans son livre. Il y a eu quelques compléments intéressants sur des principes de certains exercices (respirations) et sur les purges. Pour ce qui est des améliorations, je suggère de donner davantage de temps entre la disponibilité des cours et les lives ce qui permettrait à chacun d'avoir vu les cours avant de visualiser les lives (ce qui n'est pas forcément possible à l'heure actuelle à cause d'impératifs personnels). Je pense qu'il est important de maintenir des lives thématiques de manière à faciliter la compréhension de chacun. Bonne journée.

Stage très dense qui m'a donné beaucoup de liens à explorer. Il faut du temps pour digérer toutes les infos, mais c'est une porte ouverte vers une meilleure santé ;-)

Le stage m'a apporté plein de réponses, il nous a donné envie de plonger et démarrer dans l'alimentation vivante doucement. Je l'ai suivi avec 3 de mes enfants et une belle fille. Ça été un déclencheur pour tous, c'est simple et évident. Depuis nous intégrons la respirations wim off au quotidien, les recettes crues en famille, les jus tout les jours en nous faisant plaisir au palais, nous changeons nos habitudes d'achat d'aliment, matériel (déshydrateur, blender, germeoirs) et allons faire des purges d'ici 1 à 2 semaines. Merci à toute l'équipe pour vos sourires, votre écoute, vos conseils, votre positionnement, vos recentrages, nous continuons chacun à visualiser sur youtube des conseils et recettes pour approfondir. Je vous invite à améliorer l'ambiance des vidéos (moins statiques, avec musiques, récaps en sous titre ...) Envoyer des récaps en pdf Garder les vidéos de cruisine à l'infini.

Etant suivie par un naturopathe/hygiéniste depuis début septembre, ce stage confirme ces dires et m'a rassuré grâce à vos expériences. Encore merci pour ce beau stage plein de vie, couleurs, bonne humeur et saveurs Bien à toute l'équipe ISA

j'ai appris énormément et surtout des domaines que je n'aurais pas imaginés, je vais pouvoir continuer sur mon chemin du savoir. GRATITUDE à vous tous pour le partage de votre savoir.

une meilleure réflexion sur ce qu'est la santé je n'ai pas reçu de réponse aux demandes formulées pendant le stage, il y a-t-il des pdf pour les stages théoriques, notamment des croquis qui ont été évoqués ? merci et bravo, tout de bon

Un grand merci pour cette formation hautement instructive, riche et agréable..J'ai eu un contre-temps ne me permettant pas de participer en temps réel..Je suis ravie de pouvoir tout consulter en replay et cela pendant 6 mois..Encore merci, il n'y a rien à redire et tout à apprendre! Vive le vivant!

Je suis pleine de gratitude pour toutes les connaissances et le changement de paradigme que ce stage m'a apporté. Je n'ai pas pris de plaisir à regarder les Lives et j'ai du mal à faire le lien entre les vidéos des cours de cuisine et les recettes.

Réponse

Merci à Tous les intervenants pour cette belle découverte, j'ai l'impression de « rentrer à la maison »! Les explications sont très claires, le format généreux. J'ai débuté l'introduction du cru depuis 8 mois mais je ne comprenais pas pourquoi je recraquais par période pour les féculents☺, c'est compris... j'espère venir bientôt en formation, à bientôt

Une très bonne et complète introduction à cette nouvelle "philosophie de vie" et l'envie d'approfondir par des lectures et d'autres vidéos. Une bibliographie de référence serait la bienvenue et peut être des références à d'autres sites Internet qui sont dans le même esprit. La gestion des lives est un peu difficile car bcp de personnes parlent de problématiques personnelles sans comprendre qu'un RV serait plus adapté. D'autres posent des questions sans avoir vu (ou compris) le cours précédant. C'est dommage car cela fait perdre du temps pour approfondir certains point ou aborder des thèmes complémentaires. Bravo néanmoins à Eric et Aurélie pour leurs efforts d'animation des lives et merci à Irène et Miguel d'avoir fait au mieux avec les questions inadaptées. Grand grand merci à vous

Oui c'est pour moi génial Je vous remercie beaucoup pour tout ce que vous faites C'est tellement juste tout résonne parfaitement en moi Merci encore Elisabeth

Bonjour, j'ai enfin fini toutes les vidéos j'ai vraiment adoré ! la plate-forme de formation est très bien faite, simple d'utilisation et les vidéos nettes et bon son pas de pb; c'est très bien le contenu je reste juste sur ma "faim" sur la partie plante qui est pas trop détaillée à mon gout : la lessive a mettre dans notre eau donc les plantes j'aurai voulu savoir quelles plantes sont revitalisantes, lesquelles pour nettoyer foie, intestin ...en alcoolature, en tisane , dans quel ordre, en m^me temps ??...voilà Sinon ça va m'apporter beaucoup c'est peut être enfin la réponse que j'attends depuis plusieurs années, après des années de séances de sophro, de réflexologie...je n'arrive pas à me sortir de cette situation ou je me sens déprimée, pas heureuse, y a jamais rien qui va, je me sens lourde et triste ...j'ai donc commencé depuis 3j à introduire plus de fruits et de crudités, et je vais m'acheter un extracteur de jus !! je suis motivée à avancer ...je vous remercie vraiment tous pour votre partage et votre savoir qui semble tellement logique qu'on se demande pourquoi d'autres avant ne l'on pas dit (enfin si je sais ...) et je vous souhaite bonne continuation à tous.

Bonjour, c'était très bien pour une première approche. en revanche j'ai vu la 2nde journée en différé et je n'ai pas reçu les PDF de la formation, je l'avais indiqué en commentaires mais je n'ai eu aucune réponse à ce jour (Valbourn12@outlook.fr) . j'ai bien aimé le mélange du côté pratique et théorique , intéressant lorsque l'on débute . valérie

Les cours de cuisine étaient très intéressants, mais je n'ai jamais reçu de pdf comme il avait été dit (ingrédients et leur quantité) Les cours théoriques ressemblent beaucoup au cours sur you tube; j'ai appris quelques petits trucs, mais pas autant que ce que j'espérais. De plus les Lives étaient trop rapprochés des formations je n'avais pas le temps de voir toutes les vidéos. J'espérais avoir un autre live plus tard pour poser d'autres questions. Les animateurs des lives ont noté des adresses mail, mais je n'ai aucun retour, ou je ne sais pas où les trouver. J'aimerais avoir plus de renseignement sur les purges, particulièrement celle à l'huile de ricin, huile que je ne trouve pas ni dans un magasin BIO, ni à la pharmacie. J'ai posé 2 questions, mais je n'ai jamais eu de réponse écrite par la suite. Merci de me renseigner A part ces petits points, j'apprécie votre implication pour l'alimentation vivante. Cordialement Claudine HUC

Très bon stage, les cours de cuisine permettent de découvrir d'autres richesses dans la cuisine, que, en temps que débutant nous ne connaissons pas comme les algues, les graines germées, les lactofermentations, les sauces... Ces formations de cuisine sont aussi importantes que les deux premiers jours de théorie. . Merci pour tous ces conseils. J'aurai été preneuse de plus de détail dans les lactofermentations, les différents processus. Je vais faire mes propres essais. Merci pour ces séances de respiration que vous nous avez fait découvrir. Dommage que le temps vous manque et que vous ne pouvez pas répondre à toutes les questions qu'on vous a posées. Pourquoi ne pas proposer dans les stages futurs une permanence avec une personne naturopathe, non pas pour un suivi à long terme, mais pour répondre ponctuellement à une question précise. Cela fait 4 mois que j'ai découvert cette alimentation vivante, ces purges Cette formation m'a permis de compléter mon arc et de m'affermir dans cette nouvelle vie que je veux vivre. MERCI

Réponse

Bonjour J'ai beaucoup aimé le stage et pris conscience de beaucoup d'erreurs commises !! Nous qui habitons la campagne et avons une vie saine ce que nous pensions J'ai participé à ce stage en premier pour mon mari qui fait des récidives à un cancer dont les médecins ne connaissent pas l'origine et nous demandent de vivre notre vie "en croissant les doigts" nous avons décidé mon mari et moi de prendre nos problèmes de santé en mains et de ne plus être spectateur de notre maladie J'ai lors du stage posé la question des précautions à prendre lorsque l'on a plus de colon mais je n'ai eu de réponse ? Ce qui est pour nous une grande interrogation Pensez vous que l'apport de fruits des le matin ne risque pas d'alimenter le cancer en sucre?? D'avance je vous remercie Et encore merci!!!! Pour cette prise de conscience que j'espère transmettre aux générations futures Bien cordialement Florence Bruno Autin

Bonjour à vous, c'est pour moi une bénédiction que de suivre ce stage qui m'a donné des pièces du puzzle qui me manquait pour respecter mon corps si merveilleux et auto-guérisant. Cette vue d'ensemble m'a permis de franchir le pas vers l'alimentation végétale et vivante. J'ai laissé trois dans le questionnaire car je n'ai pas expérimenté, je n'étais pas libre les jours de stage. Il m'a traversé que ce stage pourrais se faire en deux ou quatre parties plus espacé (un jour ou une demi-journée sur deux ou quatre semaine) : c'est très dense et cela m'aurais permis d'intégrer entre deux parties et de poser des questions plus pertinentes. Pour les cours de cuisine, j'ai remarqué qu'il arrivait que vous parliez en même temps : pas facile de suivre. J'aurais des questions : où puis-je les mettre ?(si possible) Un merci de toutes mes cellules Patricia Gleyze

Bonjour, le stage m'a apporté énormément d'informations qui m'ont notamment confirmé mon ressenti vis à vis de mon alimentation. J'avais remarqué un état de fatigue, de morosité, de tristesse que j'avais associé à mon alimentation. Je comprends maintenant que mes humeurs étaient très chargées. Ce stage me motive encore plus à aller dans le sens d'une alimentation végétale et crue afin de retrouver ma santé et une joie de vivre que j'avais perdue. Grâce à votre stage j'ai vraiment pris conscience de l'importance de l'alimentation dans notre vie de tous les jours tant sur le plan physique que spirituel et émotionnel. Je vous remercie pour ce stage merveilleux. Le meilleur pour vous. Séverine

Ce stage m'a permis de faire entrer plus de cru dans ma cuisine. Et de manger encore plus de fruits que je n'en consomme déjà. j'aurais aimer avoir plus de contenus crusine salée et sucrée. Sinon le reste est bien mais comme vous le dites il faut commencer petit à petit le changement de crusiner. Merci à vous tous pour cette belle formation.

Ce stage m'a apporté beaucoup de réponse à mes questions et la phrase qui m'a le plus marqué pour ma part est qu'il faut ajouter des fruits et des légumes et non supprimer les aliments non bénéfique pour notre corps et de se fait je me sens beaucoup moins coupable de mangé malsain et j'ai beaucoup moins envie de mangé malsain étant donné que je comprend plus tout le processus du corps et sa digestion et pourquoi le corps crée les maladies. Auparavant je supprimait les aliments malsain mais je retombais toujours dans le même pattern parce que mon corps en voulais toujours plus, mais maintenant je comprend pourquoi il en voulais plus. Alors un gros merci pour ce stage, j'étais prête et rendu là dans ma vie pour ce magnifique changement. Et le stage est très complet pour un si peu de temps. Namasté

Bonjour. Merci pour cette formation. Elle est dense, j'ai mis du temps à en extraire les points essentiels. Les apports sont très complémentaires à d'autres formations. D'autre part, il y a beaucoup de répétitions, même si cela aide à enregistrer les informations. Il n'est pas toujours facile de suivre le fil et la structure des différents modules, même si Miguel essaie de garder le cap. Le plus difficile pour moi, c'est le ton "donneur de leçon" que j'ai du mal à supporter. Je trouve que cela est incohérent avec la bienveillance à avoir avec soi et les autres sur ce genre de chemin. Pour moi, c'est en désaccord avec mes valeurs et le contenu du message. Je peux comprendre que les intervenants se retrouvent à rabâcher les mêmes informations, face aux mêmes comportements et difficultés de compréhension des participants. Mais je n'ai pas senti la compréhension envers eux et la patience bienveillante qui me semble nécessaire. C'est mon point de vue bien sûr, chacun a le sien. Une dernière chose, je n'ai reçu aucun documents pdf. Y-a-t-il un endroit où les télécharger ou sont-ils envoyés ? Merci par avance pour votre réponse.

Réponse

Je souhaite faire un retour sur le stage! Merci pour tous les bons conseils, j'ai appris et conforté certaines choses. J'avoue avoir été surprise du nombre de personnes limitant clairement la possibilité d'interagir directement avec Irène... Globalement je suis satisfaite, avec 2 bémols : - l'approche wim hof : je suis chanteuse, et ne savais pas quel exercice de respiration m'attendait le premier jour. Clairement, j'ai trouvé cela extrêmement violent pour le corps et du coup pas en phase avec le reste du stage. Je doute qu'Irène pratique ce type là de respiration ou prenne des bains froids? Peut être je me trompe, mais je ne pense pas . Je trouve que beaucoup d'exercices de respirations plus respectueux du corps prouvent en ce moment leur efficacité : la cohérence cardiaque, la respiration en carré,... - l'autre aspect que j'ai trouvé dérangent est l'attitude parfois condescendante de Miguel, et limite infantilissante. Je n'ai pas aimé le ton qu'il employait parfois . En dehors de ces 2 aspects, le reste était pertinent, bien construit. Irène est un soleil!

Cela m'a donné les bases pour comprendre l'alimentation crue et vivantes, ses bienfaits et comment s'y mettre.









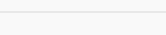
La vie en abondance stage en ligne - Septembre 2020

296 participants

Question 1

Quelle est votre avis général sur le contenu de ce stage sur une échelle de 0 à 10 (0 : nul, 10 : top) ?

158 réponses

Réponse		Moyenne
Votre avis général sur la formation ?		5 / 5
La qualité des contenus - cours théoriques		5 / 5
La qualité des contenus - cours de cuisine		5 / 5
Le format : mixité entre vidéos et lives		5 / 5
La durée du stage		4 / 5
La communication entre vous et nous		4 / 5
Le rapport qualité / prix de la formation		5 / 5
La qualité des réponses du service après vente (réactivité, pertinence, écoute...)		4 / 5
La qualité des live		4 / 5

Question 2

Dites nous ce que ce stage vous apporté, et ce que nous pouvons améliorer

158 réponses

Réponse
Merci à vous tous. Ayant déjà CNN le CV live la vie en abondance, j'avais vu mis en pratique quelques fondements. Mais ce la formation et le l'ivresse complètent intensément. Je va pratique depuis la formation respiration et purge ricin. Je me sens déjà mieux. J'aurais toutefois besoin d'un plan santé car trente ans d'obésité cela laisse des traces. Merci de ce partager et de rendre accessible votre joie et votre amour pour la Vie dans le bon sens. Bonjour la Vie !
Exceptionnel !!! Merci Miguel et Irene pour votre positivité, votre expertise, votre bienveillance , votre sourire et votre douceur. Merci merci merci :)
De la comprehension et de la motivation

Réponse

Bonjour, J'ai beaucoup aimé les modules de formation qui allaient à l'essentiel. Cependant, je suis un peu déçue de ne pas avoir eu de réponse à mes questions et par contre les lives, j'ai trouvé que les questions posées étaient plutôt pour des gens qui n'avaient pas suivi ces lives car les réponses étaient toujours dans les modules qui venaient d'avoir lieu... Cependant, je vais essayer de me mettre aux jus et de manger un peu plus cru, cela ne sera pas facile de changer radicalement, mais tout ce qu'Irène dit est tellement vrai. Merci pour ce stage et les différents cours de cuisine, très enrichissants. Je vous souhaite le meilleur pour la suite et encore merci pour cette découverte du cru 😊😊

Le live m'a donné les clés pour me lancer dans le cru

Pour moi c'est une vraie prise de conscience. Le petit plus qui serait utile c'est de pouvoir enregistrer les respirations pour pouvoir les refaire ou et quand on le peut. Un grand merci à tous.

Personnellement, je n'ai pas reçu la réponse à la seule question que j'ai posé durant la formation. A savoir, où trouver les tisanes laxatives dont a parlé Irène. Et aussi, le livre que vous avez cité à plusieurs reprises "L'aromathérapie pour les enfants" de Nelly Grosjean n'est plus disponible nulle part... Merci à vous,

J'ai découvert le manger vivant il y a 3 ou 4 ans et j'ai immédiatement adopté et adoré tellement naturel... mais j'ai arrêté quand je n'ai plus pu fermer une robe!!! Tellement j'avais gonflé !! Et je vous ai découvert au travers d'une vidéo YouTube sur les purges et Marrakech !! J'ai tout de suite que mes œdèmes venaient de cette lymphe non évacuée car bloquée !! Ouf, j'avais la réponse à une question que je me posais depuis des années.. et j'ai fait ma 1ère purge ce matin à l'huile de ricin !!!

Bonjour, Merci infiniment pour ce stage ! Outre les aspects pratiques comme la cuisine au quotidien, ce stage m'a amenée à regarder la vie autrement. J'ai déjà commencé à mettre en pratique vos précieux conseils et cela seulement parce que ma pensée a changé et tout ce qu'avant me paraissait contraignant (diète etc) vient naturellement maintenant. En revanche, j'aurais plein de questions concernant l'alimentation des bébés. Je suis maman d'une fille de 4 mois, que j'allait, et je ne vais pas tarder à commencer la diversification alimentaire. Il me serait tellement utile si vous pouviez faire des vidéos et/ou des stages sur ce sujet. Peut-on commencer la transition alimentaire pendant l'allaitement ? Si oui, avec quelles précautions ? Peut-on faire des purges à l'huile de ricin ? Comment diversifier un nourrisson ? Les questions sont nombreuses... Merci encore pour tout ce que vous avez fait jusqu'à présent. Vous êtes merveilleux !

Chère Irène, Chère belle équipe, Bonjour! Une très très belle synthèse de Vie !!! Ce fut pour moi un condensé "conscience santé" qui a enrichi un chemin de vie. La confiance s'est renforcée en complétant ma foi en l'évolution de l'humanité. Lien corps/esprit est vraiment très bien expliqué. Par contre, Irène aborde la dimension émotionnelle (résultat d'un dérèglement, la colère générée par exemple par un organe déséquilibré). La dimension "colère" générée par un intervenant extérieur au corps et la conséquence sur le corps est moins abordée. Ou bien j'ai loupé l'intervention et j'en suis désolée. Disons que spontanément à un moment pendant le stage, j'ai eu envie d'aborder cette dimension "aller-retour des phénomènes intérieurs extérieurs émotionnels". J'ai pensé que cela n'était pas le sujet même si cela me paraît aussi être un acteur de déséquilibre de vie. Je vous remercie infiniment. Ma fille de 22 ans a pu profiter de ce cadeau en suivant également le stage. La jeunesse a donc aujourd'hui la possibilité de reprendre le flambeau des "Sages". Et j'en suis toute émue!! Belle bise!! Véronique F.

J'ai aimé ce stage. Je suis Ostéopathe, et je suis brésilien. J'ai quelques difficultés pour orienter mes patients sur le sujet de la bonne nourriture après le prise en charge. En plus, je suis en train d'utiliser sur moi quelques principes et déjà je me sens avec beaucoup plus d'énergie. Merci beaucoup pour vos enseignements Mme Grosjean.

Réponse

Je suis Irène depuis 1 an et j'ai regardé énormément de vidéo mais je me sentais pas capable de passé le cap. Je me suis lancé pour la formation et merci merci. La formation m'a permis de prendre confiance en moi. J'aurai aimé un peu plus de détails sur les purges et sur la lactofermentation mais sinon la formation était très bien. Merci Irène, Miguel et Aurélie. Et merci à toute l'équipe.

Manque de support pdf, j'avais vu pas mal de vidéo et ça reprend tout ce que j'ai pu trouver sur YouTube. Ça m'a permis de connaître les purges étant en formation de naturopathe cela va m'aider pour une autre approche.

Ce stage m'a permis d'approfondir pas mal de choses et de découvrir ce qu'est réellement la crusine et ses bienfaits sur notre santé. Et le fait que l'on puisse revenir sur les modules à n'importe quel moment c'est chouette !!!! Merci. J'ai eu quelques soucis avec la connexion avec Irène, vidéo saccadé, mais bien sûr les raisons ne lui sont pas imputables !!!! Je voyais aussi le webinaire sous forme de tchat et je n'ai pas obtenu les réponses à mes questions. Mais je tiens à dire que ce stage était fabuleux accompagné par un Trio de choc, et je mets dans un coin de ma tête de venir vous saluer un de ces jours. En attendant, encore merci, prenez bien soin de vous et au plaisir. Une jolie journée, Bien coeordialement, Anna Paola Pinna

Très heureuse que ce stage soit venu à moi, il était complet et très intéressant. Même si je connaissais déjà les grandes lignes grâce à la lecture du livre d'Irène et de mes consultations avec elle j'ai pris plaisir à suivre tous ces cours. J'ai appris de nouvelles choses et ça m'a également fait un rappel de ce que j'avais oublié dans mon quotidien. Nous avons eu beaucoup de chance également que Miguel nous offre le savoir sur la respiration de Wim hof. Même les cours de crusine ont été très instructifs et rassurants sur ce qu'il est possible de faire en cru (mention spéciale pour le « boursin » que mes enfants ont adoré). Tout ça dans la simplicité et le plaisir de transmettre...Je tenais à remercier Irène et Miguel pour leur dévotion, leur patience et leur amour pour la Vie. Je suis pressée d'avoir l'opportunité d'effectuer un stage en présentiel et enfin les rencontrer.

Cela fait un temps certain que je suis via you tube, Irène Grosjean, puis j'ai acheté son livre "Vivre dans l'Abondance", une petite bible incroyablement condensée, riche. Cela dit, j'avais envie d'un contact plus direct pour concrétiser au quotidien toute cette essence contenue dans ce livre. J'avais commencé les jus de légumes à l'extracteur grâce aux conseils de TH. Casasnovas. Les stages de Irène avec Miguel au Maroc me faisaient rêvé grâce à un programme complet mais financièrement c'était totalement impossible!!! Alors cette proposition de Formation est vraiment Irène "UNE BENEDICTION" (pas dans le sens catho) pour moi. Des explications claires, sous forme de thème, des recettes de cuisine délicieuses, les moyens de connaître des sites dont BIOVIE pour y trouver des aliments de qualité, des livres très instructifs aussi par les questions de chacun. Résultats de ce stage : J'ai arrêté mon petit café du matin que j'adorais mais que je ne suçais plus déjà, remplacé par du citron - gingembre - miel + fruits, le soir une salade crudité fenouil-poivron rouge- oignons sauce citron (arrêt du vinaigre balsamique) huile d'olive + sel (je suis très très piment fort et là je ne ressens pas le besoin d'en ajouter). Le bémol est que cette salade a été parfois accompagnée de hareng fumé. Mais je ne m'inquiète pas car au fil du temps le poisson perdra aussi son charme comme les fromages de brebis que j'adore et ne mange plus ; Donc plus de laitages non plus; Je sais que je manque de minéraux donc je vais continuer aussi mes jus de légumes, puis dans 1 ou 2 mois je ferai ma purge d'huile de ricin. J'ai lu la liste des praticiens, et vais voir pour contacter (quand budget possible!!!) Eric pour faire le point et avoir des conseils. Je vais revoir avec un vrai bonheur cette formation et la faire partager avec une amie qui n'a pas beaucoup de budget; J'ai conseillé ma soeur de prendre rdv auprès de Vous car problème de cancer où elle a arrêté sa chimio il y a des années et se soigne autrement. Mais je pense que tout traitement de fond se fait par l'alimentation vivante; Je vous remercie du fond du coeur Irène, Miguel et aussi Aurélie et son époux. Le seul regret (et c'est complètement stupide je le sais) est de ne pas Vous avoir connu Irène lorsque j'attendais mon premier enfant car je lui CUISINAI de merveilleux plats maison qui hélas n'étaient pas vivant. Merci pour toutes ces futures mamans et générations porteurs de Conscience Eclairée grâce à Vous.

Réponse

Un basculement complet un brin déstabilisant ! Il a été difficile de tout visionner avant chaque live j'ai donc préféré poser des questions sans savoir si la réponse était déjà donnée pour ne pas avoir de regrets. Un immense merci pour tout ce que vous faites :-)

Bonjour, Déjà très au fait d'une bonne alimentation pour mon bien être et ma santé en général et celle de ma famille depuis bien longtemps déjà et je n'ai eu jusqu'à présent que des interrogations par rapport à toutes les propositions d'alimentations J'ai lu les livres du Docteur Seignalet et du professeur Joyeux et l'alimentation Paléo du tout cru mais avec des céréales. J'ai visionner les vidéos de Thierry Casasnova en m'interrogeant par rapport à ce que je connaissais et qui je peux dire m'inquiétais Cette façon de se nourrir fait peur par rapport à toutes les idées reçues depuis très longtemps J'adore cuisiner avec des produits locaux et de saisons en me basant beaucoup sur le type d'alimentation crétoise et là j'avoue que cela remet tout en question et peut faire très peur par rapport aux carences (bien entendu par rapport à tout ce que l'on a Tout ce

J'ai fait un stage de 3 jours chez Irène. J'ai suivi les CZDA de Nelly en mai et juin, j'ai trouvé que cette formation complétée les premières, Il m'est nécessaire de réécouter les messages. Les vidéos étaient de bonne qualité coté son et image. j'ai beaucoup apprécié les enregistrements sous forme d'une conversation entre Irène et Miguel, cela était très naturel et ils se complétaient parfaitement. J'apprécie beaucoup les interventions de Miguel, notamment sur les purges, cela m'a permis de mieux comprendre cette nécessité de l'utilisation de HDR. Je fais régulièrement des purges salines et j'ai compris leurs limites. Son livre sur le système lymphatique sera très utile. Les cours de crusine en format PDF pourraient être améliorés, j'ai préféré les vidéos proposées par la CZDA de Nelly, toutefois ce n'était pas mon intérêt premier, on trouve des recettes partout. Je recommanderai à des amis cette formule surtout pour les apports théoriques d'Irène et Miguel. Quant aux questions /réponses, il serait bien de modifier le système, J'ai regardé les vidéos en dehors des horaires donc il n'était pas possible de poser ses questions. Comme on a connaissance des sujets des vidéos il serait possible de poser quelques questions au préalable.

Bonjour, tout d'abord merci pour cette formation riche en informations de bon sens. Ce stage m'a apporté un encrage encore plus profond, suite à la lecture du livre d'Irène. Il m'a permis de réviser mes petites connaissances, et il m'a apporté de nouvelles recettes de crusine. Je pense qu'il serait peut être avantageux de mettre en place des PDF, pour chaque vidéo, avec les points importants pour chacune des vidéos (Miguel fait référence justement à ce point dans une des dernières vidéos en mentionnant que nous recevrons un document explicatifs, mais rien reçu et rien trouvé sous la vidéo). Les cours de cuisine sont super, mais les recettes en PDF diffère des recettes filmées (j'ai cru comprendre qu'irène aime ajouter en quantité et en ingrédients, donc ça doit être la raison, mais ça porte à confusion, je trouve). Je pense que les lives sont des compléments intéressés au cours mais à restructurer car au final 1 questions/1000 sortira du lot (c'est un exemple, que faisons nous des autres questions tout aussi intéressantes). La communication entre vous et nous est un peu limité au final, mais comment faire autrement au vu du nombre de participants?.. Je pense que l'accès à la formation pourrait être à vie, pourquoi se limiter à 6 mois? Je vous remercie encore pour votre temps et votre vitalité. A bientôt, je pense. Sabrina

J'avais déjà écouté toutes les vidéos d Irène et de miguel et avais déjà fait la cure zen detox en ligne donc pour la plupart des contenus C était de la redite pour moi sauf les exercices de respiration et les cours de crusine. Concernant les contenus, si la base de l'alimentation est le cru et les purges, pourquoi faut il prendre un rdv pour les pathologies particulières. Qui a t il donc comme accompagnement supplémentaire à partir l'alimentation et le nettoyage ? Merci pour tout, Le contenu c est bien et la pratique c est encore mieux. Merci pour tous ces clics Merci merci merci. Marie

Bonjour, C'était un super stage, j'ai adoré, le format est intéressant sur 4 jours. Pas facile d'avoir des questions au moment de la formation car c'est plutôt en pratiquant qu'on a nos questions ... LOL surtout sur les purges, J'avais suivi un stage avec Irène en Novembre 2019 chez Paul Guény. Je ne manquerai pas de faire d'autres stages ... Merci beaucoup à Irène, Miguel, Aurélie et le Monsieur barbu (désolé je ne me souviens plus de son prénom), vous êtes merveilleux et rayonnants Merci merci Clémence

Réponse

J'ai vraiment apprécié cette formation le concepte claire , pro, facile d'accès la qualité prix de cette formation me semble complètement resonable ,pur bonheur Je trouve que le plus est que nous puissions revisionez toutes les vidéos, pendant 6 mois Ça me permet de pouvoir revisioner et de me mieux m approprié les modules. Merci à tous

J'ai beaucoup aimé votre joie de vivre, votre humour, la clarté de vos explications. J'ai été gêné par le bruit des appareils

Ce stage m'a apporté de l'espoir et du soutient !!! Merci beaucoup aux intervenant et à l'équipe pour tous ces contenus riche de plein d'information qu'il va bien me falloir 6 mois pour digérer et tenter d'intégrer dans ma vie. J'ai juste une petite remarque sur les cours de cuisine, qui étaient très intéressant mais pas assez détaillé, un peu brouillon pour une novice comme moi. Vous faisiez plusieurs recette en même temps, du coup j'avais du mal à refaire le puzzle. Notamment sur la lactofermentation, le sentiment que ce cours s'adressait à des personnes qui métrisaient bien cette technique et leur apportait un perfectionnement. Mais moi j'ai rien compris et me sens incapable d'en faire alors que ce sujet m'intéresse beaucoup. Mais ce n'est qu'un détail, j'ai beaucoup appris sur l'approche d'Irène Grosjean sur la santé et je trouve ça extraordinaire. Merci à moi de mettre fait ce beau cadeau et encore un grand merci à tous ceux qui ont permis que ce stage 2.0 soit possible. Le monde à besoin d'une contagion de santé, de vitalité comme la votre!! Merci!

Merci pour cette formation au prix abordable et pourtant de grande qualité ce qui ne va pas toujours de paire. Notre famille mange cru depuis 6 mois et vous m'avez apporté une vision plus large encore des bienfaits de cette hygiène de vie. Déçue par le service médical j'envisageais une reconversion, bien que n'étant pas professionnelle de médecine, vers la naturopathie. J'ai consulté un naturopathe renommé de ma région qui m'a coûté 200 euros de compléments alimentaires sans compter la consultation. Déçue également par cette profession qui finalement copie la médecine traditionnelle, je pensais avoir tourné la page. Aujourd'hui je revois mes plans de reconversion nous avons un fort message à partager au plus grand nombre. J'habite dans le Nord Est de la France, y a t il une école ou je puisse me former à votre image? Et, y aura t il un deuxième niveau de formation dans ce format? Encore merci pour tout l'espoir qui renaît en moi. Muriel.

J'avais lu le livre La vie en Abondance il y a 1 an et demi. J'avais augmenté la part de fruits et de jus (au moins 1l de jus de citron/j...), diminué encore plus la viande/poulet pour ne pratiquement plus en manger. Parfois même plus de déjeuner le midi (mais "socializing" depuis le retour au bureau à la rentrée), arrêt du café et du thé. J'ai aussi acheté une brosse pour me frotter ma peau sous la douche, un extracteur (tout neuf) et en prévision l'achat de votre blender. la cuisine est à repenser entièrement et à expliquer aux enfants..... merci pour les recettes/papier, cela me semble nécessaire, pour voir comment faire les préparations de cuisine. Merci d'avoir clarifié les choses au sujet du kéfir. La formation en ligne est nécessaire, et même complémentaire au livre . Merci Miguel pour le truc de manger avant les invitations et repas de Noël (ça va être dur car la famille ne comprend pas du tout le besoin de faire quelque chose pour se soigner autrement qu'avec des médicaments - régime du Dr Seignalet en2010, plantes...). Mais du coup, j'ai aussi recommencé ce week-end la lecture du livre, et monodiète de pamplemousse, j'ai revu des vidéos en ligne d'Irène.... la formation en ligne me semble bien dans le concret pour tout, plus complète et pour ma part, a bien mis l'accent sur le problème du fromage par ex. et toutes les douleurs diverses que cela génère dès le lever, les règles... (ça m'avait échappé dans le livre). J'ai augmenté le travail de respiration pour essayer de dormir. J'ai eu du mal à me connecter au début des sessions. L'accès aux cours pendant 6 mois me semble court et je vais y revenir : j'ai pris plein de notes de vos exemples concrets que je vais compléter pour me faire un doc écrit, en plus du livre (je ne suis pas équipée informatique à la maison). Il me faut aussi un support écrit à relire... pour mettre en pratique et me convaincre de prendre du temps pour m'occuper de moi. Dans cette formation, mise en lumière plus importante de la pensée positive (que je dois travailler aussi - il y a des choses qui ont du m'échapper dans le livre). Quelques soucis de connexion : on a parfois du mal à entendre Irène dans les réponses live. les références de livres, bien. j'ai vu les coordonnées de vos collègues avec lesquels prendre RV. j'attends les vidéos de présentations. Ça donne envie de descendre vous voir pour faire la formation en présentiel. Merci de ce partage, merci de nous aider à prendre soin de nous (ou essayer de le faire).

Réponse

Bonjour J ai pratiqué depuis 40 ans l homeopathie, le végétarisme, depuis bon nombre d années, j ai supprimé les produits laitiers, également depuis un temps certains les féculents et les céréales mais n avais jamais pratiqué la crusine Avant de commencer le stage j avais déjà commencé à expérimenter la cuisine vivante simplement après avoir écouté maintes vidéos et lu votre livre. Il n est jamais trop tard pour bien faire J en suis à ma 3e semaine et j ai bien sûr expérimenté les purges. Je suis ravie et je vais transmettre mon savoir à tous ceux qui auront envie de m entendre Je vais sans doute aller voir votre collègue à Sauveterre-de-Béarn pour des petits compléments d informations car je n habite pas loin Merci à vous Bien amicalement à tous et toutes Sur mon téléphone l échelle de notation allait de 0 à 5 J ai fait en fonction de cela

D'abord MERCI MERCI MERCI à chacun de vous qui avez fait possible ce stage d'une qualité extraordinaire et d'une grande simplicité, simplicité dans le sens où la sensation a été celle d'être en famille dans la cuisine d'une amie, de ma soeur, de ma grand mère (maman ne cuisinait pas trop!!!) vous avouer que maintenant tant Irène, Miguel, Aurélie et Eric vous faites désormais partie de ma famille d'âme si je peux me permettre de le nommer comme ça. Il y a un avant et un après ce stage : découvrir Irène pendant le covid a été un phare que j'attendais et cherchais depuis un certain nombre d'années, ceci dit sans trop m'impliquer dans cette recherche pour être sincère ! Avoir tout le temps pour moi pendant cet arrêt de la vie telle qu'elle était organisée a été pour moi un grand cadeau (malgré tout ce que l'on sait de l'impact...) je parle pour moi, à l'intérieur de mon chez moi dans tous le sens du mot. Étant végétarienne depuis des décades, le transit n'a pas été trop difficile, cela fait presque trois mois maintenant que je ne suis qu'à l'alimentation vivante et ça n'est que du BONHEUR. Ce stage m'a vraiment mis sur la bonne route car au début c'était un peu du n'importe quoi, donc MERCI. Par contre en ce qui concerne les purges j'ai quelques doutes, je dois reVISIONNER les vidéos avant de vous appeler au secours... ma décision est de faire la première début octobre. La vidéo sur l'importance et l'impact psychologique m'a énormément intéressé, je dirai même en vouloir encore plus. Le fait d'être moi-même thérapeute depuis plus de 25 ans est un aspect qu'en cabinet je travaille beaucoup avec les clients et pour moi l'alimentation a toujours été la base de la santé dans son tout. Étant ma première approche avec vous par ce stage, il y a beaucoup à intégrer et d'une grande richesse mais cela se fera avec la pratique et revoir, revoir et revoir les vidéos en attendant le prochain stage en ligne. Mon but est un stage présentiel mais bien avant je dois encore assimiler et vivre beaucoup de choses pour le savourer à 100%. Par contre les questions des assitants au stage n'étaient pas tout à fait à la hauteur de ce que nous avons écouté auparavant, bien sûr que certains doutes et/ou questions ont été importants mais en général je mets bas la note, facile à dire vu que je n'en ai posé aucune mais le besoin n'y était pas car l'essentiel avait été expliqué par Irène et Miguel, d'ailleurs les réponses étaient très souvent les mêmes, tellement évident, du moins pour moi. La note de la durée du stage est moyenne car il me manque un peu cet aspect psychologique et un jour de plus pour approfondir ce thème m'aurait bien plu... En ce qui concerne la communication entre vous et nous je veux avant tout insister et remercier l'équipe d'Irène pour leur gentillesse et leur efficacité pour répondre au mail d'S.O.S, je dis MERCI Marylise, MERCI Caroline, MERCI Marion... À bientôt et comme dit Irène : TOUT de BON et MERCI à la VIE, MERCI à chacun de vous.

Ce stage était très bien. Rien à re dire mis à part la qualité du son parfois lors des cours de crusine. Merci pour tout à l'équipe.

continuer dans le bon sens ,creuser les sujets

Ce que cela m'a apporté est de découvrir une autre façon de vivre et de voir la VIE J'ai été transportée dans une autre dimension dans laquelle j'avais oubliée l'essence Ciel Je tiens à m'y mettre très sérieusement, et, pour cela j'ai besoin de rencontrer un thérapeute, Miguel est sur Paris et je souhaite un rendez-vous pour une consultation, ceci dit, je lui ai envoyé un mail mais sans réponse.

Je mangeais bcp de cru maintenant je mange bcp+++++ cru je j'espère bientôt manger complètement cru !!!

Réponse

Bonjour Milles mercis pour vos précieux conseils qui m'aide à mieux comprendre et avoir plus de discernement. Le point à améliorer un pdf en résumé serait bénéfique pour m'aider à appliquer le stage. Vous n'avez cependant pas été avare en informations bénéfiques et surtout bio. Tout de bon à tous Fatima

bonjour, mon curseur s'arrete à 5 dans votre questionnaire . j'ai mis le maximun ! voir pratiquer au quotidien rend plus accessible le concept de cuisine crue. j'ai vu des livres sur ce thème mais j'étais réticente. je ne voulais pas manger comme les japonais : poissons crus etc. ça m'a rassurée de constater que les farines et les animaux étaient exclu, ouf ! donc, cette cuisine est pour moi : je consomme les produits avec le moins de transformations possible, je croque tout ce qui me tombe sous la dent, y compris des pommes de terre crues (si,si, quand ma mère préparait des frites ..) je mange quand je rentre du travail, entre 18 et 19h30 (à l'anglaise). et comme j'achète régulièrement des produits bio, j'ai décidé de sauter le pas quand mon voisin m'a parlé d'Irène (vidéo) j'en suis resté bouche bée : c'était trop beau !! une grande respiration, de la joie et suite à la formation, beaucoup d'enthousiasme. maintenant, je dois m'équiper un peu car j'ai pas d'appareil électrique chez moi ... dès que je le peux , je m'inscrit à une autre formation, de préférence en présentiel !! Merci à Irène et à vous tous . bonne continuation p.s : je ne me suis pas connecté au moment des Live, ce qui explique ma non-réponse... Y. Zimny

Bonjour merci à vous tous pour ce beau stage, j'aurais aimer que sa continue c'est très intéressant, j'aime votre méthode d'approche, de faire de nous des êtres indépendant. Maintenant pour ce qui est du stage il y a des temps morts exemple entre le début par les respiration et revenir 1hr30 après pour le début du sujet. En étant en ligne le tout peut ce suivre. J'aimerais savoir si vous donner d'autre formation sur les plantes car j'aimerais en connaitre plus. Es ce qu'il y aurait des gens du Québec former par vous, j'en en ai pas vue dans la liste à consulter. Je fais du psoriasis (tout le temps) c.-à-d. Qu'il est permanent ce n'est pas par crise. Je me traite au naturel depuis 29 ans sa fait 31 ans que j'ai cette maladie, et je crois tjrs que je vais en guérir. J'aimerais une consultation avec Irène ou Miguel je suis prête à attendre , car pendant ce temps je me prépare je change des choses à mon alimentation et fais des rechercher sur mes plantes. Si bois faites des formations dans ce sens je serais intéressé, félicitations go s faites du bon travail et une différence dans la vie des gens. Une merveilleuse journée à vu lus tous. A bientôt Louise Allard Ste-Adele, Québec

M'a compréhension sur l'origine "des maladies" à changé. Je comprends qu'il faut traiter le terrain et que les symptômes sont des alliés.

Ce stage et les livres y relatifs (La vie en abondance - Cure zen détox) m'ont permis de conscientiser ce que je savais intuitivement, à savoir manger cru (les légumes et les fruits que je n'aime pas cuits). En mangeant une bonne tranche de tresse bien beurrée, je me suis toujours demandée comment se débrouillait le corps pour digérer cette espèce de glue. Je comprends aujourd'hui qu'il n'y arrive pas. Tout fait sense pour moi dans ces livres et ce stage. J'ai découvert mille et une manière de manger cru et je ne régale à chaque repas. Merci à vous tous pour ce travail formidable que vous faites pour nous éduquer. Vous êtes sensationnels!!

Bonjour, Je n'ai pas terminé de suivre la formation encore...mais ce que j'ai appris présentement est vraiment très interessant. Les respirations avec Miguel J'adore et je vais les intégrer à mon quotidien, ainsi que vos bon conseils et vos bonne recettes. Merci 😊

Le stage m'a conforté dans mon idée de changement d'alimentation aussi bien pour moi que mon fils autiste. Le changement d'alimentation a été radical car il m'était impossible de faire moitié nourriture vivante moitié nourriture traditionnelle. Par moment au niveau de la crusine les explications sont trop rapide c'est pas facile d'intégrer quand nous sommes novices, la bonne nouvelle c'est que j'ai 6 mois pour revoir les vidéos. Je vais prendre un RDV avec Isabelle Lonati pour m'accompagner au début, merci de nous avoir transmis des adresses. Un grand merci à Irène et son équipe pour cette bonne humeur et le partage d'expérience . tout de bon

Réponse

Ce stage m'a permis de me familiariser avec la lactofermentation, et d'avoir quelques recettes supplémentaires. Les explications théoriques sur le pourquoi du cru amenées par Miguel étaient les bienvenues. Hélas, la plus grande partie du contenu était déjà accessible par d'autres vidéos que vous avez faites, et qui étaient même plus complètes. Un peu déçue par cette phrase, "on ne va pas tous vous donner, c'est à vous de faire vos recherches". Si on était à cette formation, c'est justement parce qu'on recherche ... Je pense qu'il manquait des éléments importants comme comment éviter le mur dans la purge huileuse, les températures pour la déshydratation (1ère heure à 62°C pour éviter une éventuelle fermentation de denrée trop aqueuse ...), ... et bien d'autres choses encore. Si je n'avais pas eu la connaissance obtenue par le visionnage de nombreuses autres vidéos, je n'aurais pas pu être autonome dans un domaine, car à chacun il manquait des éléments pratiques, or un stage est fait pour être autonome (j'ai dernièrement fait un stage en greffe des arbres fruitiers, je sais désormais faire la greffe des arbres fruitiers de manière complètement autonome). Merci bien pour votre implication. Cordialement

Bonjour, stage très enrichissant et de belles découvertes. Je suis vraiment ravie de l'avoir fait et cela va beaucoup m'aider à vivre différemment. Je regrette cependant qu'il y ai beaucoup de répétition entre les vidéos et qu'il n'y ai pas de PDF explicatif pour les cours autre que crusine, germination ... En tout cas ce stage m'a donné envie de venir en vous rencontrer en vrai lors d'un autre stage ! Merci à vous tous pour vos conseils. Mathilde

Bonjour Irène bonjour à toute l'équipe, J'ai attendue ce stage avec impatience Car je n'ai pas pu être présente durant la première session que vous aviez mise en place au place au mois de Juillet Quel Bonheur cela a été de vous retrouver tous les soirs merci Miguel pour vos méthodes de respiration et vos explications avec Irène Merci à l'implication et l'énergie d'Éric et à Aurélie pour son énergie et sa douceur. Mme GrosJean Enormément Merci à vous pour votre savoir et de nous le partager J'ai aimé votre stage dans sa totalité j'avais déjà mis en place quelques petites choses avant de commencer ce stage arrêter le café et le fromage et ce stage n'a fait que renforcé ma croyance sur les bienfaits d'une alimentation vivante le plus dur pour moi à toujours été l'entourage merci beaucoup pour vos recettes Pour moi ce qui peut éventuellement être amélioré la purge car j'ai très peur de passer par l'huile de ricin alors j'ai testé avec l'huile de noix.

Ce stage a été fabuleux très enrichissant en conseils en énergie positive ... j adhère à 200 pour 100 et je pratique dans la joie et le plaisir des papilles Merci Irène et toute l'équipe si plus de personnes suivraient vos conseils un nouveau monde pourrait naître

Bonjour, Je me permets de vous contacter car je n'ai pas pu assister à ma formation en live et elle est à présent inaccessible. Je ne comprends pas car il est bien noté que la formation est disponible pendant 6 mois.. Je ne comprends pas non plus car j'ai bien payé 125 euros par paypal (voir facture à l'appui sur mon profil) et je ne peux rien consulter. Je suis très déçue mais je suis sûre qu'il s'agit d'un malentendu ou quelconque problème informatique. Je reste dans l'attente de votre réponse et d'avoir de l'aide de votre part pour pouvoir consulter au plus vite la formation 2.0 qui je suis sûre est passionnante. Merci d'avance pour votre aide. Mes coordonnées : Naïs Rocchietta et mon mail naisrocchietta@hotmail.fr. Bien cordialement

Très intéressant dans l'ensemble . Je n'ai pas encore tout regardé : j'avais mal compris le programme , pensant que les cours débutaient le 15 après 20 heures ! Donc , pas vu les cours de cuisine , et suivi seulement 2 cours théoriques . Bon , ceci dit , je connais toutes les vidéos d'Irène , je mange cru depuis 3 ans à 95% . Le cours m'a motivée pour faire du 100 % . Et je vais refaire des purges ! J'ai 79 ans , je jardine . Grande gourmande , j'aime bien les glaces aussi Irène ! Avec les bananes et les fruits rouges gelés , c'est top ! Bien à vous ! Tout de bon !

Réponse

Bonjour et merci J'ai adoré ...j'ai 72 ans et j'ai mangé cru et vivant ,il y a 3 ans environ,j'ai arrêté le jour où je n'ai plus pu entrer dans une robe,tant j'avais pris de volume...ce que m'a apporté votre stage en ligne...c'est la compréhension à ce volume que j'avais pris....parce que je n'avais pas nettoyé mes humeurs...vous êtes la seule à parler de ça...soyez bénie...merci..et j'ai recommencé dès le 15...à boire des jus et manger cru..j'ai fait plein de conserves lacto fermentées !!! Je suis heureuse car je suis sûre d'avoir enfin la solution à ma rétention...tout est bloqué...1 ère purge à l'huile de ricin ,ce matin...avec2 cas...j'ai eu comme des diarrhées c'est tout...la semaine prochaine,j'en prendrais plus...vous êtes un ange Madame,incarnée...merci... l'année prochaine,je viens me former ...ce ne sera pas difficile j'ai la même philosophie...j'ai toujours dit: guerir s'écrit gai- rire!!!! Merci,merci infiniment Je vous souhaite une belle journée..merci à Tous..Miguel ...merci pour vos précieuses précisions...Valérie,Eric...merci pour vos recettes,vidéos et synthèses Merci je suis enchantée Corinne

J'ai vu toutes vos vidéos disponibles sur YouTube Irène et Miguel, dans ce stage je retrouve bien tout les fondamentaux de votre méthode et bien plus encore, merci pour cet enseignement qui m'a permis de bien mieux comprendre mes problèmes de maladie auto-immune, grâce à l'alimentation pour l'instant à 80/100 cru et vivante j'ai solutionné mes problèmes de rhinite allergique et chronique, plus de médicament, pour la maladie de Lyme chronique c'est pas encore ça mais j'ai bon espoir de retrouver mes forces avec cette alimentation vivante, moi qui ne mangeais jamais de fruits je les ai redécouvert et c'est délicieux... Merci de nous faire prendre conscience que la vie est si simple et qu'il suffit de la respecter pour retrouver la santé, cette formation est un soutien dans le changement que j'ai débuté il y a environ 1 an. J'adhère à tout ce que vous enseignez sauf pour l'argile que je prend de temps en temps par voie orale.

Je regarde et écoute toutes les vidéos d Irène , je lis son livre mais cette formation me permet d allumer le moteur de la volonté pour m y mettre sérieusement Cette grande Dame au visage joyeux transmet une sérénité apaisante :) Un Grand Grand Merci à Irène Ce que vous pourriez améliorer serait pour moi que les questions relevées pendant le live soient plus diversifiées car il y avait beaucoup de questions reprises qui étaient en fait dites dans la vidéo Ex : mes questions posées sur oméga 3 et HE n ont pas été retenues mais je comprends bien que toutes les questions ne peuvent pas être lues La durée du stage m a plu et ce serait cool de pouvoir faire partie d un prochain ? Merci aussi à Miguel pour ses précisions et son parcours afin de retrouver sa santé Merci à Aurélie aussi car je regarde aussi les différentes recettes sur Youtube avec Irène Un Grand Merci à vous tous de nous donner la possibilité d être parmi vous , cela représente j imagine bien , un immense travail et implication de votre temps Est-ce que des formations de ce genre pourraient être données en Suisse à Lamboing chez Nelly ? Bonne réception de mon récit et comme dit Irène :) tout de bon A bientôt j espère Marie-José Solioz

L'envie de me reprendre en main et aller dans le bon sens pour retrouver une vie heureuse, harmonieuse et en santé. De grands changements ont déjà été mis en place, mais la prochaine étape sera un accompagnement par l'un des coachs afin d'aller plus en profondeur. Pour ce qui est de l'amélioration, rien à redire, une équipe au top. Je me réjouis de pouvoir participer à un stage en présentiel pour sentir cette merveilleuse énergie. Merci du fond du coeur et tout de bon. Je vous aime

Bonjour Je viens juste de commencer, alors pour l'instant pas vraiment de résultat. Mais comme j'ai quelqu'un de dépressive avec moi, je vais voir les résultats je ne sais pas combien de temps cela va mettre. Merci pour toutes cette formation, j'ai adoré même ci pour moi cela et un peu court.

concernant la qualité des cours de crusine c est top, mais dans les pdf il n'y a pour moi pas assez de précision sur les quantités , pour quelqu'un qui commence j'ai du coup beaucoup de mal a jaugé... mes premier essaie sont immangeable, dommage) un pdf sur les cours aurait été la bienvenue pour la partie plus technique .. j'ai cru entendre dire dans la section des causes des maladies qu'un pdf serait fournit ... dommage aussi merci pour votre travail , très satisfaite et oui une possibilité de posé des questions après le stage serait un plus .. en effet j'ai pas put effectuer tous les cours chaque jour, des questions me sont venu après ... aucune critique en soit juste je vous précise ses détails en guise de votre amélioration

Réponse

Certaines réponses à des questions, une philosophie de vie, .. L'intérêt de revoir certaines habitudes et les remettre à l'endroit !!

Stage innovant par sa forme, beaucoup d'informations apportées et le binôme Irène Miguel très intéressant. Vidéos de crusine et respiration top. J'aurais juste un bémol sur les lives où Eric riait parfois des questions posées. Chaque question est pertinente pour celui qui la pose. En tout cas MERCI infiniment.

J'a beaucoup apprécié les cours de cuisine mais j'ai trouvé que la partie théorique manquait de rigueur

Formation intéressante, mais je n'ai pas eu l'impression d'apprendre de nouvelles choses. donc un peu déçue. C'était plus une formation pour les novices que pour ceux qui connaissent la Naturopathie. Je connais les travaux d'Irene depuis longtemps et je m'y intéresse depuis longtemps. Pour moi, cela a juste été un rappel de tout ce qu'elle dit déjà dans toutes ses vidéos et interviews. J'aurais souhaité un approfondissement au niveau des plantes et des HE même si ce n'était pas une formation sur les plantes mais tout un cours était dessus... normalement! Savoir quelles plantes Miguel et Irene utilisent régulièrement, cela aurait été intéressant. l'idéal est de faire des formations initiations et des formations un peu plus poussées, Par contre les cours de respiration et de crusine étaient très instructifs. note générale 6/10. Cela ne m'empêchera pas de continuer à vous suivre. Belle journée.

Bonjour, Super vision de la vie en "abondance" ! De très bonnes explications sur le mode de vie végétal et cru ! De précieuses informations sur les effets positifs de ce mode de vie !! J'aurai aimé encore plus de recettes, même si c'est moi l'apprentie, c'est toujours un plaisir d'échanger !! Difficile également de participer au live car j'ai suivi la formation en différé en raison de mon travail...mais quel plaisir de vous regarder et vous écouter !! C'est vraiment un support extra et de qualité quand on a un emploi du temps chargé !! Mille Mercis !! A recommander et recommencer sans hésiter !! Bonne continuation !!!! Belle vie à vous tous !! Fabienne Boré

Bonjour, Avant tout un grand merci à Irène, Aurélie, Miguel et Eric, et le reste de l'équipe "technique" bien sûr! Merci pour la qualité du contenu, l'atmosphère positive et les réponses apportées dans les lives. Ce stage m'a apporté beaucoup pour les pratiques des purges que je ne connaissais que très peu, seulement pour avoir écouté des enregistrements youtube d'Irène et Miguel. Ce thème était donc mon intérêt et ma motivation pour l'inscription à ce stage, les stages en présentiel étant complets, (je mange déjà cru et végétal, et je pratique des jeûnes de 1 à 3 jours). J'ai mis en pratique dès hier la purge à l'huile de ricin après un jeûne de 24H: je comprends maintenant pourquoi on ne purge pas les enfants et les personnes très malades, car en effet c'est puissant! je ne soupçonnais pas que l'on puisse avoir de tels "spasmes vomitifs des intestins"!!! Effectivement c'est un nettoyage beaucoup plus intense que l'irrigation colonique. Une suggestion pour améliorer la clarté des informations transmises quant aux différentes purges (et bains): peut-être qu'un support écrit avec un résumé des "indications", contre-indications, mode d'emploi/ posologie serait utile pour assurer une bonne compréhension et éviter un mésusage... bien sûr tout cela figure dans vos livres. Merci encore pour vos conseils précieux. Tout de bon à Vous tous, et au plaisir de vous retrouver lorsque les stages en présentiel seront disponibles, Céline.

10 à toutes les questions. La formation est passionnante : dynamique, claire, elle donne très envie de cruser ! Mon prochain objectif : cruser et participer à un stage en présentiel
Merci à toute l'équipe !!

Ce stage m'a apporté des vérités tellement simples et évidentes sur le fonctionnement du corps humain !!! Que j'attendais depuis des années ! Merci Vérité que l'on retrouve si belle chez Irène ! Merci

Ce stage m'a beaucoup apporté par les explications de Miguel sur la respiration c'est très intéressant. J'ai apprécié les vidéos de crusine et cela m'a donné l'envie de mettre en pratique !! Alors je vous remercie de partager comme vous le faites de vos expériences...A quand le prochain stage ??...je m'y inscris d'office ;)

Une bonne hygiène de vie

Réponse

J'ai pu approfondir ma connaissance et avoir le plaisir de le vivre à l'heure de mon choix, merci infiniment à vous tous

J'ai beaucoup aimé les cours de crusine, qui m'ont donné plein d'idées et de bons tuyaux. Pour les cours théoriques, j'ai lu le livre d'Irène, donc je connaissais pas mal de choses, j'avoue que les purges me font peur et que la pratique demande beaucoup de détermination et de "courage". Cette formation m'a aidé à renforcer mon envie de changer d'alimentation, et de mode de vie. J'étais très heureuse de vous retrouver chaque soir, votre professionnalisme, votre joie de vivre et d'aider les autres m'a fait beaucoup de bien, il est juste dommage de ne pas pouvoir prendre un RDV avec vous. Merci à vous tous pour tout ce que vous faites et tout ce que vous êtes, je vous souhaite plein de bonnes choses. A bientôt je l'espère. Nelly Bourdin

Depuis 3 mois je mange vivant et ça me fait énormément de bien. Votre stage m'a donné une plus grande compréhension sur les maladies que l'alimentation peut causer. J'en prends conscience et je vais faire tout ce qu'il faut pour dépolluer mon corps. Merci à vous deux Irène et Miguel pour votre bienveillance et votre professionnalisme. On ne se connaît pas, et pourtant je vous aime beaucoup. Je vous souhaite beaucoup de bonheur et d'amour à vous deux ainsi qu'à votre équipe. Bien à vous. Catherine L'Hénoret

Les + : meilleure compréhension du fonctionnement du corps et des éléments essentiels à son bon fonctionnement pour être, redevenir et demeurer en bonne santé
À améliorer : la gestion des interrogations posées durant les cours et le live (recueil, tri, synthèse, restitution fonction de la thématique journalière), le respect des thématiques journalières lors des lives.
Suggestion : rajouter au stage, un entretien individuel personnalisé avec Irène et/ou Miguel après le stage (pour l'approche interactive impossible en distanciel).

Ce stage a confirmé mon intérêt pour la relation santé/alimentation. Irène la doyenne que j'adore est extrêmement persuasive tellement ses explications sont simples enfin me parlent au plus profond de moi. Tous sont formidables..... Je mets en pratique grâce au replay. Mille mercis pour cette belle opportunité de nous permettre de nous rendre responsables de notre santé

Merci, pas de cloche pour le direct! qqfois son et hachures..!! Éventuellement Facebook ?? Une belle rencontre, le livre un compagnon. Merci pour votre joiechaleureusement Anne-Marie

Merci pour ce partage merveilleux ! Quelle chance pour moi d'avoir pu vivre ce stage si complet et passionnant pour démarrer ma transition vers une alimentation vivante ! J'ai tout pour vivre dans l'abondance, avec la gestion des pensées positives de Irène, la respiration de Miguel, la compréhension des 4 piliers de la vie, et les recettes de crusine. Un joli cadeau de la vie ! Mille mercis de partager, de transmettre, de semer toutes ces graines de bonheur pour aller vers un monde meilleur....!!! Merci à Irène, Miguel, Aurélie, Eric et toute l'équipe ! Vivez une merveilleuse Vie de Bonheur et d'Abondance

Réponse

Je me suis inscrite à ce stage presque par hasard grâce à une recommandation proposée sur mon compte YouTube. Bien sûr j'avais déjà vu plusieurs Vidéo avec Irène , ce qui m'a conforté dans le choix de m'inscrire à ce stage. Je ne regrette vraiment pas. Il m'a permis de réviser et de renforcer mes connaissances en matière d'alimentation Et de santé mais aussi de mieux comprendre les mécanismes de l'impacts positif ou négatif des aliments sur les individus et par ricochet sur la société. Son impact sur la spiritualité. Je comprends mieux les causes de l'addiction au sucre du besoin de café et je pourrais dire tellement de choses encore. Irène dit que le péché originelle c le feu de la cuisson des aliments, mais pêcher c aussi suivre le mauvais chemin et ce stage m'a remis sur le bon chemin. Il y a bcp de choses que je faisais de façon intuitive quand j'étais jeune , comme ne pas manger le soir par exemple mais à force de se plier aux règles on perd le contacte avec son corps. La sensation de faim et de satiété. Bref tout ça pour dire que Ce stage nous rend la vie plus simple moins culpabilisante par rapport à l'alimentation, pas de restrictions mais l'introduction d'une alimentation vivante. Tout en douceur à l'image des protagonistes. Merci de nous avoir fait entrer chez vous Irène. c comme si nous étions vos invités Juste une dernière chose😊il y a quelque mois je suis allée chez un endocrinologue pour maigrir arrivée à la maison j'ai jeté la feuille sur lequel était écrit le régime à suivre. Je n'y serais jamais arrivée. J'ai acheté un vitaliseur qui a redonné du goût au légumes cuits al denté j'ai changé mon mode de cuisson remplacer tous les produits raffiné par des produits complets Et puis je suis tombé sur l'interview de Marion et de Marie sophie l par Lilou macé ce qui m'a donné envie de faire des recettes cru Puis bien sûr en cherchant des recettes de cru je suis tombée sur les vidéos d'Irène. Ainsi de fils en aiguilles mon alimentation est devenue majoritairement crus et j'ai perdu bcp de poids sans avoir faim. Bon j'arrête la Bonne soirée Sandrine Gigi

Motivation pour changes les habitudes .

Il m'a apporté la connaissance de l'importance de l'alimentation pour éviter les maladies. Que l'on pouvait manger cru sans pour autant avoir des carences, le fonctionnement de notre corps et bien d'autres choses encore.

Bonjour, Depuis très jeune, j'ai toujours eu une réticence pour ce qui n'est pas naturel, vous avez confirmé cela, je viens enfin de recevoir le livre la vie en abondance et les différentes vidéo sur YouTube m'ont aussi beaucoup aidées. Depuis que je mange cru (environ 3 mois) en majorité 90%, mon ventre a dégonflé complètement, j'ai beaucoup plus d'énergie, ma vie est entrain de prendre un autre sens, j'attends la suite Merci Irène pour votre enthousiasme à transmettre et continuer encore longtemps. J'aurai aimé un stage plus professionnel, car j'aimerais bien aider à mon tours les personnes autour de moi Tout de bon Judith Aguado de Jérusalem

une journée supplémentaire pour approfondir un peu plus. un accès à vie comme le propose quasi toutes les formations en ligne, qui pourrait être enrichie d'une 'journée supplémentaire' en option par exemple aux changement de saison... Pourquoi pas une formation en naturopathie complète et certifiante et surtout en ligne, pour les personnes qui travaillent et qui se trouve en reconversion. professionnelle

bonjour je suis naturopathe energetienne et avec un tournant verx l hygienisme car je pense que les naturo aujourd'hui font la meme chose que les medecin j ai suivie tous les enseignement de thierry et j ai etait ravie et contente de voir une autre version de la vie MERCI ET TOUTE MA GRATITUDE POUR CE QUE VOUS FAITE AU QUOTIDIEN VERONIQUE FONTAINE

Mon mari et moi sommes en recherche pour prendre soin de notre santé. Sage-femme de formation, j'ai déjà pris des cours sur l'aromathérapie, les fleurs de Bach et la MTC. Il me manquait, entre autres, l'alimentation. La découverte de vous et votre équipe a donné du sens à nos questions. Votre approche nous convainc totalement, Nous avons déjà abordé le changement alimentaire; maintenant, nous avons plein de clés pour continuer. Merci pour tout ce partage, votre générosité à tous.

J ai toujours autant de plaisir à écouter Irène et ses anecdotes, ses explications sur l'alimentation vivante et j ai pu découvrir votre complémentarité, je viens de recevoir le livre « La vie en abondance », commandé suite à la formation. Merci pour cette formation en ligne.

Réponse

Regrouper au mieux les questions et essayer de répondre aux commentaires classiques en dessous des modules non par live (car nous sommes jamais sur d'avoir eu la réponse) mais nous répondre par écrit également (aux moins pour les questions simple - celle dont Irène n'est pas obligé d'intervenir). Si not tout à été parfait !!! Merci beaucoup et j'espère à très bientôt!

bonjour, Merci encore pour cet engagement et cette passion pour le vivant ! J'ai beaucoup aimé le "bonjour" animé par Irène Grosjean. Il m'a beaucoup aidé et m'aide encore à avancer et à laisser vivre mes enfants en leur faisant confiance. Je vous aime !!!!! Peut-être améliorer la qualité de son. Aussi reprendre certains thèmes comme par exemple le bain dérivatif en donnant une description complète, votre discours reste très généraliste car vous pensez que nous connaissons déjà cette pratique ? merci merci merci

J'ai vraiment bien aimé la formation en général. Juste une petite remarque par rapport au cours de crusine, je trouve que la caméra est trop loin de la table et on voit pas très bien ce qui s'y passe. Ça aurait été bien d'avoir plus de vues du haut. Ce n'est pas très dérangent en soi, les pdfs complètent. Sinon, j'attends avec impatience les réponses aux questions qui n'ont pas pu être répondues en live et je trouve que c'est une excellente initiative, très appréciable. Les vidéos des naturopathes formés par Irène aussi aident beaucoup. Vraiment, j'aimerais encore une fois vous remercier pour l'énorme travail que vous avez fourni derrière et le prix du stage est plus qu'abordable.

J'ai trouvé ce stage formidable: je continue à le revisionner par séquences, pour bien m'imprégner des infos riches et précieuses qu'il contient. Il m'a non seulement apporté des éléments de compréhension majeurs, en particulier sur "les mauvaises humeurs", mais aussi enthousiasmée par cette belle énergie vitale, positive et communicative que dégagent Irène et Miguel et qui "crève l'écran"!!! J'espère avoir un jour l'opportunité de vivre cela en présentiel; en attendant, j'ai commandé le livre: "la vie en abondance" et j'ai pris un rdv auprès de l'un des naturopathes que vous recommandez. L'aventure continue! Tout de bon à tous et merci pour ce beau travail et ce partage. Bien à vous. Florence PS: la seule difficulté rencontrée, c'est pour faire passer les questions lors du live.

Ce stage m'a enrichi en m'apprenant des choses sur la santé que j'ignorais. Irène et Miguel se complètent bien et du coup apportent des réponses qui s'emboîtent les 1 dans les autres comme 1 puzzle. J'ai tiré de ces enseignements 1 grande force et retrouvé l'enthousiasme et la motivation ressentis lors de la lecture du livre d'Irène "La vie en abondance". J'avais vraiment besoin de ça pour remettre le pied à l'étrier car quand j'ai lu cet ouvrage magnifique j'étais hospitalisée et n'ai donc pas pu mettre en application sur le plan alimentaire ce que j'avais appris. J'ai beaucoup aimé et beaucoup appris aussi lors des cours de crusine avec Irène et Aurélie. Tout était tellement beau et appétissant... Tout semble tellement simple... Tout était trop court à mon goût et en même temps, ces enseignements m'ont pas mal bousculée sur le plan émotionnel...Je vais continuer de me "former" à votre école et je rêve d'avoir l'opportunité de vous rencontrer, vous toute l'équipe lors d'1 stage en présentiel...J'ai quelques regrets : 1/ ne pas avoir eu de réponse aux questions que j'ai posées. 2/ il m'a fallu 1 peu de temps pour "digérer" ces nouvelles infos et certaines questions ne me sont venues que les jours suivants le stage. Peut-être serait-il intéressant de pouvoir poser ces questions la semaine suivante par mail par exemple. Et enfin 3/ j'ai eu 1 très violente diarrhée (enfin !) 2 jours après le stage. J'ai accueilli celle ci avec joie dans un 1er temps. Ça a duré 2 jours durant lesquels j'ai jeuné puis après 1 jour de repos, ça a repris depuis hier. Je ne prends rien pour stopper cette diarrhée bien sûr, mais du coup, cette expérience amène de nouvelles questions : comment puis je aider cette élimination (si c'en ai une), combien de jours jeûner, comment m'alimenter à la reprise de mon in alimentation puisque jusque là on nous conseillait plutôt du riz et des carottes cuites ? J'ai conscience d'avoir besoin d'être suivie, mais là, dans l'immediat, je me sens 1 peu perdue... En tout cas, 1 grand Merci à vous tous de partager vos connaissances avec tant de passion, de bienveillance et d'amour. Je me rejouis de vous retrouver dans 1 futur proche... Merci Merci à tous

Réponse

L'opportunité de suivre un stage avec Irène à un prix raisonnable. Je suis praticienne de santé en Suisse et j'expérimente les purges depuis peu. Je suis très motivée à continuer ce travail car dès ma première purge à l'huile de ricin, j'ai eu de meilleurs résultats immédiats sur ma santé globale qu'en suivant des diètes de plantes chamaniques (ayahuasca, peyotl (cactus) et San Pedro (cactus) de 3 à 5 jours qui m'ont apporté beaucoup sur le plan de mon évolution de conscience et pour mes connaissances en ethno botanique mais il manquait quelque chose, malgré une plante vomitive sans doute purgative que nous ne trouvons pas en Europe que j'ai pu expérimenter une fois et qui avait optimisé ma diète). Dans le positif, mon mari qui est encore réticent à faire des jeûnes, des mono diètes etc a suivi le stage avec moi à la maison et a beaucoup apprécié. Il est très motivé à aller plus loin car la transmission d'Irène intégrée et pleine de bon sens a fait bouger ses blocages. Donc votre formation en ligne peut toucher un public plus large qui ne viendrait pas forcément en stage en présentiel. Dans les points à améliorer, je trouve que la communication de Miguel est parfois un peu sèche et impatiente avec les participants dans les lives et qu'il interrompt beaucoup Irène :) (Réf. le travail et les 2 tomes de Françoise Héritier, anthropologue : Masculin/Féminin la pensée de la différence et quelques vidéos YouTube où elle s'exprime qui nous éclairent entre autres sur le temps de parole que les hommes veulent bien accorder aux femmes depuis la nuit des temps) . Mais c'est une équipe très sympa :). Bonne continuation, avec mes meilleurs messages Noor

Tout d'abord Merci pour ce stage à la Vie, à la terre mère et à Irène sans oublier Miguel et Aurélie. Même si j'ai appris beaucoup je m'attendais à avoir des choses plus concrètes. Droit au but après bien sûr vos explications. Comme : les bonnes plantes pour un réveil matinal, quel huiles essentielles pour nous apaiser et ainsi de suite. Je connais un petit rayon sur cela, mais les petits plus sont toujours intéressants Par ailleurs les fiches, c'est génial, les promos c'est génial aussi. Idem plus d'explication sur quel blender prendre au début quel extracteur aurait été un plus. Je pinaille !!! En tout cas je vous remercie tous les trois Je continue dans ce sens même si cela fait déjà 35 ans que je suis végétarienne, et maintenant depuis deux mois je suis crudivore vivante Bientôt rdv à un stage avec grand plaisir Bises à la Vie et à Vous KARY

Ce stage m'a apporté des connaissances nouvelles et des prises de conscience la plus grande étant de faire baisser le taux vibratoire de mes enfants si je m'inquiète pour eux mais il y a beaucoup beaucoup trop de répétitions à tel point que par moment je me disais " tu l'as déjà vu tu 'tes trompée de vidéos " je regrette qu'il n'y ait pas eu un support écrit d'autant que Miguel le dit dans une vidéo " vous aurez le pdf " notamment pour les purges, bains ... Pour la qualité des lives on comprend qu'il y a une part de technique dans les connexions qu'il n'est pas toujours facile à gérer et cependant les bruits des personnes présentes ou leurs passages derrière ceux qui parlent ne sont pas respectueux pour nous et les intervenants eux mêmes. Bravo pour avoir fait de votre mieux pour nous proposer cette formation en live.

Bonjour Irène et Miguel, Très intéressée par ce stage qui m'a permis de prendre conscience combien mon alimentation était dévastatrice pour mon corps qui souffre actuellement de pbs liés à la nourriture que je lui administre . J'ai commencé à changer mon alimentation et je suis très intéressée pour aller plus loin dans les connaissances en naturopathie .Les exercices de respiration m'ont aussi permis de prendre le temps de se centrer sur moi et de s'écouter. (toute une éducation d'hygiène de vie à refaire ...)merci pour ce partage . J'ai commencé à me renseigner sur les formations en naturopathie mais cela est extrêmement cher !Peut être auriez -vous des adresses à me communiquer .en tout cas , en ce qui concerne ce stage , je dirai : "tout est bon " Merci Patricia

Beaucoup d'informations très claires et passionnantes merci... je viens de démarrer mon plan santé avec Damien Fleuroux et du coup je peux bien comprendre pourquoi je fais les choses! J'aurais aimé plus de réponses aux questions posées, mais j'imagine que techniquement ce n'est pas si facile! Merci en tous cas, c'est top

des conseils pratiques et simples à intégrer dans ma vie, merci pour tout

Il m'a motivé davantage à approfondir mes connaissances et les pratiquer. A aussi être suivi par un éducateur de santé encore plus qu'à présent surtout pour les cures et le suivi. J'ai été ravi de suivre ce stage. A refaire sans hésitation, et j'espère pouvoir le faire en présentiel. Pourrais je avoir les dates des stages pour 2021 svp? Merci 10000 fois SONIA

Réponse

Bonjour à tous et merci, Un seul point qui serait génial, c'est de pouvoir avoir un guide qui puisse répondre à nos questions ! Je sais que vous en avez bcp, mais serait il possible de se dire tiens pour la formation toi professeur tu t occupes de temant de personne pour répondre au question !

Ce stage est un tournant marquant dans mon cheminement personnel. Il s'inscrit en total cohérence dans la continuité du chemin que j'ai parcouru jusqu'ici, que ce soit dans ma spiritualité ou mon hygiène de Vie. Je suis très enthousiaste à l'idée de découvrir ce merveilleux monde de la Crusine et surtout de la pratique de l'alimentation vivante, déjà de nombreux livres de votre équipe est arrivée à la maison depuis la formation. Merci d'avoir rendu ce partage de connaissances, de découvertes et de vos chemins avec nous, merci pour cette merveilleuse contribution à notre Humanité, j'en ai pris ma part de mon côté et en conscience :)

Je n'ai malheureusement pas pu suivre mais suis heureuse de cette expérience en raison de la difficulté à avoir une consultation et de la distance (Guadeloupe) d'autant que le coût a été très incitatif... Je compte tout visionner très prochainement et espère que les supports seront téléchargeables. Encore merci.

Ce stage apporte une grande compréhension de l'hygiène de vie que nous devons fournir à nos corps au travers des 4 clés de base ; elle est capitale à notre existence ici bas pour profiter pleinement de notre santé et de notre vie. De plus, les vidéos de crusine sont un très appréciable complément. Merci à vous tous pour cette démarche lumineuse qui ouvre les consciences et le bien-être. Laurent L

Stage au contenu très intéressant et complet : merci ! Au niveau de l'organisation, je n'ai pas trop compris le déroulement et notamment comment faire pour poser des questions...

Ce stage m'a permis de vraiment prendre conscience de l'importance de l'alimentation. Je suis végétarien depuis 24 ans. Je fais des jus de légumes et consomme le plus possible sans gluten depuis environ 7 ans. Ce stage est une étape supplémentaire pour aller à la cause des causes des causes !!!!! Je n'ai pas pu suivre le stage sur les 4 jours. Je regarde les lives en replay. Beaucoup de simplicité et de clarté. Merci Irène, Miguel et toute l'équipe !!!!

Alors plus de conscience, plus d'ouverture, plus de confiance, plus d'envie et motivation pour la découverte de ces saveurs si pures et riches! Le bonheur de ce paysage où vous nous invitez très chaleureusement, pur délice cette Nature, cette harmonie et communion;-)Ça y est on fait tout, on débute tranquillement avec les livres et biensûr les dégustations et les germinations;-) Pour améliorer, je propose par exemple sous titré en portuguais;-) ou autres langues au choix, alors j'imagine que l'invité choisi une langue et la communication est faite dans la langue prétendue;-) En plus de ça, je voudrais que les tarifs de livraison vers le Portugal arrivent à être sympathiques;-) et accueillants disons à partir de 50 euros envoi gratuit;-) ou dans ce genre de cadeau;-) Moi mon rêve serait de participer dans cette école au Maroc, je voudrais bien faire partie d'un projet si beau! J'en ai un autre que j'embrace avec tendresse puisque je suis institutrice et maman monoparentale de Nina, 13 ans! Alors je suis remplie du côté amour/énergie, entourée d'enfants et même parents;-) Je participe à pleins de séminaires sur la lecture, la culture, l'éducation positive, la psychologie, je m'intéresse aux études du cerveau, bref JE VOUS SUIS RECONNAISSANTE DE TOUT COEUR ET VOUS SOUHAITE CE DONT VOUS AVEZ BESOIN! Tendrement en abondance;-)

Beaucoup d'inspiration! La motivation...

Ce stage compte beaucoup pour moi, j'ai découvert le cru par le site manger vivant lors du confinement, et depuis je ne fais que parcourir les sites parlant du sujet. Ce stage est devenu le tremplin pour gérer ma santé et n'est que le début d'un long processus d'apprentissage. Comme le dit si bien Miguel, il faut expérimenter. Je mange majoritairement cru depuis avril et je vois déjà la différence, c'est extraordinaire mais maintenant il va falloir que je m'attelle à essayer jeûnes et purges. Un grand merci pour ce stage qui pour ma part est très complet et donne des pistes pour approfondir nos connaissances (Wim Hoff, huiles essentielles....) Grace à ce stage, les bases sont posées" il n'y a plus qu'à" Bravo à toute l'équipe et je vous dis Tout de bon Valérie

Réponse

Stage intéressant. Développer l'approche de la cuisine vivante surtout pour les débutants avec produits accessibles. (Et pas trop cher). Aucune présentation avec sel pour la lacto. Comment on commence et fini un jeûne? L'aspect Holistique et spirituel pourrait être plus développés. Ce serait chouette...les bains avec quoi? HE ok mais lesquelles pour débiter? Des témoignages éventuellement. Quid des ados??? On parle bcp des femmes enceintes et enfants jeunes mais les ados? Cela m'aurait vachement intéressé. Sinon merci Irène et Miguel. Merci et longue et douce vie pleine de santé

Ce stage m'a permis de faire le pas complet vers l'alimentation vivante...par contre je regrette qu'il n'y ait pas de réponses à nos questions. sous les vidéos nous posons des questions ou d'autres posent des questions très intéressantes et on ne voit jamais les réponses. par ailleurs je n'ai pas vu de pdf sur les cours théoriques, sur la cuisine oui mais pas sur le reste. ai je raté quelque chose ?

Ce stage m'a apporté des connaissances, j'ai beaucoup et beaucoup appris sur l'alimentation vivante. Pour moi qui suis africaine/Togolaise vivant dans un environnement où c'est assez facile d'adopter ce type d'aliment si on le choisit même sans les super appareils (blender, extracteur...). J'ai découvert tout ça par hasard grâce à Internet et les vidéos sur YouTube. Je cherchais une formation en ligne sur la Naturopathie suite au COVID 19. Merci infiniment à vous Irène à toute l'équipe. Pour améliorer par rapport aux pays comme le mien, ce sera intéressant qu'on puisse intégrer nos plantes/tisanes. Les noix de cajou, sésame, graine de courge et les fruits sont déjà bien connus. Cependant, je suis consciente qu'il y a du travail à faire pour l'intégration des plantes et de certains fruits "dit" sauvages. Profonde gratitude

Bon jour ..ce stage ..à distance m'a apporté des informations pratiques pour accompagner ce changement d'alimentation et de vision ..commencé en juillet ..lorsque j'ai découvert..par hasard ..les vidéos de t.casanovas Ce n'est que un peu plus tard que..j'ai découvert les vidéos d'Irène Grosjean ..dans lesquelles j'ai trouvé.. magnifiquement résumé ..cette approche de la santé ..du bon sens ..de la vie ..que je sentais déjà intuitivement ..mais quel bonheur d'entendre tout cela synthétisé si bien par le franc-parler d'Irène ..et wa précieuse et grande expérience.... Avec l'automne frais ..j'ai apprécié les explications ..soupes chaudes ..ou tièdes..en fin de repas ..car j'appréhendais un peu la difficulté de tenir l'alimentation crue ..en hiver ..et une amie ..versée dans la cuisine macrobiotique m'a signalé ..le risque pour "la rate" ..d'une alimentation trop crue ..et donc froide Je continue donc ..à m'informer ..et expérimenter..j'ai lu avec plaisir le livre d'Irène ..la vie en abondance ..et ..comme .." quand on cherche ..on trouve .." je viens de découvrir avec ..STUPEUR ..que..tout près de chez moi ..(presque île du cap ferret) existe .. Une association les racines du vivant .." et ..un homme ..jean Charles Frascina ..qui s'est formé auprès d'Irène ...etcetc !!!! Alors que ..(comme je cours moins les routes ..que lorsque j'étais plus jeune ..(j'aurai 77 ans le 6 octobre) ..je me sentais un peu attristée ..d'être un peu seule dans ma Gironde..et Aquitaine..moins branchée que la Provence..pour toutes ces orientations....me voilà toute EBAHIE ..de découvrir..à 10 km de chez moiun des proches collaborateurs d'Irène ..un centre associatif..et même un ..grand magasin Bio ..ouvert depuis 1 an ..et dont j'ignorais ..l'existence ..!!! J'y suis allée ce matin ..et j'ai un rendez-vous avec Jean Charles ..pour le 14 octobre ..!!! L'automne ..s'annonce ..riche de nouvelles expériences.. rencontres ..et ..surprises ..sans aucun doute..!!! Voilà..tout ce que m'a (apporté ce stage ..connecté .. parfaitement..!! Un grand grand Merci ..Madame ..pour cette initiative ..de stages..connectés..(grâce..à ce moment de folie ..autour de ce drôle de virus) ..sans lequel ..je ne vous aurais pas ..entendue ..ni lue ..ni comprise ...et sans lequel ..rien de toute cette aventure ..qui commence ..ne me serait arrivée.. Merci à vous..à votre équipe..qui semble si bien vous aimer et vous seconder..avec efficacité.. Bonne soirée ..à vous ..et à votre équipe..!! Avec toute ma gratitude .. Sarah.

Tout d'abord un grand merci! Vous êtes tous souriants, passionnés, vous êtes vivants comme votre alimentation! Grâce à ce stage, j'ai mis en pratique une alimentation crue non seulement au quotidien mais aussi à chaque "repas", qui n'en sont plus vraiment puisque maintenant je m'écoute et mange quand j'en ressens l'envie! Je suis transformée, pleine d'énergie, joyeuse...je me sens enfin vivre pleinement ma vie et tout me paraît parfait, au bon endroit, au bon moment ! La seule chose que vous pourriez améliorer selon moi est l'heure à laquelle vous faites le live. Pourquoi si tard alors que justement, vous le dites dans votre stage, les heures avant minuit comptent double? Je vous souhaite une merveilleuse soirée! Cati Rickli

Réponse

Grâce à ce stage, Je comprends mieux non seulement les avantages d'une nourriture vivante mais aussi la nécessité de bien comprendre les répercussions de la cuisine d'aujourd'hui. Etant une infirmière qui vit et travaille aux Etats-Unis, ce stage en ligne est le seul moyen que j'ai d'apprendre les éléments de base pour le moment. J'ai hâte de participer au prochain stage 3.0 si jamais vous en avez un, et encore mieux un dédié aux professionnels qui travaillent dans le domaine de la Santé. En ligne, ce serait encore mieux. Un grand merci à tous.

Tout d'abord un immense Merci à Tous et Irène en particulier bien sûr ! J'ai aimé la variété des journées, des vidéos que je vais revoir complètement. Je connaissais depuis longtemps la réputation et qualités d'Irène, ce qui m'a fait adhérer au stage avec d'autant plus de plaisir pour compléter la lecture de son précieux livre. Je n'ai pas encore regardé les moments de communication, la qualité des réponses du service ce qui explique que je ne peux pas mettre de note. En revanche j'ai déjà parlé longuement de ce stage à plusieurs personnes : la simplicité des propos combinés à une évidence de mode de vie. Un grand MERCI et à bientôt. Namasté Armelle LE SAGET

Merci pour la clarté de vos propos. Les interactions entre Irène et Miguel sont vraiment très importantes car se complètent à merveille pour une compréhension augmentée. Cela est hyper motivant pour moi que de vous entendre et confirme ce que je sens et pense. J'ai juste besoin de trouver un Naturopathe de votre niveau assez rapidement puisque je me soigne dans le cadre d'un cancer du sein avec récurrence alors que cela fait 2 ans que j'ai commencé à me nettoyer et amélioré mon alimentation déjà Bio. Je suis prête pour aller encore plus loin avec de plus en plus de purge. Soins déjà pendant 9 mois en Ozonothérapie en Belgique, Jeun, soins énergétiques, 1 ou 2 compléments alimentaires, Hormonothérapie naturelle... Bref, j'ai envie d'aller à l'essentiel avec votre suivi éclairé. Merci encore et dommage pour moi que vous soyez trop pris pour avoir un rdv avec l'un de vous deux. Catherine Hardy

Difficile de donner un avis général avec un curseur qui n'est pas très souple avec une gradation de 1 à 5 ! La formation m'a énormément apporté, tout est apparu comme une évidence, du pur bon sens. Mais pourquoi donner la possibilité aux gens de s'exprimer et poser des questions alors que personne n'est au bout pour répondre ? Je m'attendais à avoir un minimum de support écrit; d'ailleurs, au cours d'une vidéo, Miguel a dit qu'ils nous feraient passer des données; j'ai beau chercher, je ne les trouve nulle part. Ces points négatifs mis à part, le contenu m'a énormément enrichi. Bonne journée à vous. Françoise

J'ai apprécié cette formation même si Irène a tendance à citer des phrases, des citations dans d'autres vidéos. En tout cas le tandem Irène et Miguel marchent très bien. Et le tandem Irène et Aurélie marchent bien. Je dirais qu'il faut plus sélectionner les questions des stagiaires. Sinon nous avons eu affaire à des personnes d'expériences. Cela a rendu le stage efficace et pertinent.

Réponse

Premièrement je vous remercie pour votre inspiration et votre bon coeur. J'ai aimé le stage, vous avez bien travaillé et votre bonne volonté est vraiment palpable. Je vous remercie d'être ce que vous êtes. Pour dire vrai, j'ai été déçu par le manque de communication, j'aurais aimé que chacun des stagiaires puissent prendre parole lors des live. J'aurais aimé les voir, les ressentir, que la communauté se forment des deux côtés. C'est une grande façon d'apprendre, simple, humble, humaine. Aussi il y avait un problème technique, je pu écrire mes questions qu'une seule fois. Après le module graphique où inscrire les questions n'était plus là visuellement sur ma page. Étrange et bizarre mais ça a fait en sorte de ne pas pouvoir partager mes questionnements. Aussi, peut-être par que j'étudie présentement en naturopathie, j'aurais aimé aller plus en profondeur avec des applications précises. Quelquefois le savoir devient trop philosophique, de surface, et pas assez concret. Ceci étant dit, je suis contente d'avoir fait ce stage. Il m'a permis d'ancrer cette matière que je revisite constamment. Ça faisait longtemps que je voulais me rapprocher de la belle inspiration d'Irène, de sa connaissance. Irène et Miguel sont très complémentaires. J'aime les apports scientifiques de Miguel, qui a su intégrer connaissance et pratique concrète. Regarder n'est pas Voir Ça le fait.. J'ai beaucoup aimé la singularité de chacun des membres de cette équipe, le bon vivant lors des vidéos où ça sent bon la vie (voix d'enfant en arrière plan, passages des membres de l'équipe dans le cadre...). J'aurais voulu ressentir la communauté de tout le groupe à travers ce savoir et partage. Pour concrétiser ce que je veux dire : Je venais de conclure un stage avec l'institut Ann Wigmore avant de commencer le vôtre. Un stage suivi où l'on mettait en pratique pendant un mois. on se rencontrait live, une à deux fois semaine.. On se voyait, on cam, on échangeait live. Et d'être plongée humainement ensemble dans cette aventure, de se voir, de se commettre, ça engage de quoi. J'ai adoré cette formule. Je l'ai sentie humaine, concrète. Voilà. Demandez et vous recevrez! LOVE all. Merci pour tout.

Je suis un jeûneur averti, mais j'ai découvert l'importance et l'utilité des purges

Merci vraiment pour cette formation. La formation à distance, malgré les live, manque pour autant de contacts et de chaleur. Les contenus sont intéressants, forcément redondants avec le livre d'Irene, mais l'ensemble reste très général, tout comme les réponses aux questions. Des cas pratiques Ou témoignages seraient intéressants et permettraient d'être plus dans le concret. J'ai beaucoup apprécié les cours de crusine, clairs. J'aurais apprécié que le stage offre plus de recettes. En conséquence, le tarif me semble un eu élevé par rapport au contenu. Pour autant, je vous remercie et poursuis la mise en pratique des éléments présentés. Bonne continuation.

Bonjour! Ce stage est tombé à pic pour me permettre une véritable bascule. Cela fait 5 ans que je m'intéresse à l'alimentation vivante et que je l'expérimente, et malgré ma compréhension, lorsque venait les phases d'élimination, je comprenais qu'il fallait aider le corps à éliminer les poisons réactivés par cette alimentation vivante, mais cela était si fort que je retombais ds des compulsions alimentaires et je me retrouvais ds une boucle sans fin de phase de Vie et d'ENFERmement, que je mettais trop sur le compte d'un échec, et de perturbations émotionnelle et mentales sans prendre conscience qu'il s'agissait en premier lieu du terrain. J'ai beaucoup apprécié la subtilité des propos d'Irène qui prend en compte la résonance du terrain et d'autres plans plus subtils ou tout s'interconnecte, tout est relié, j'ai adoré sa manière d'illustrer tout cela!! Ce stage m'a permis de me lancer dans les purges, la pièce du puzzle qui manquait à ma compréhension ainsi qu'à mon expérimentation (qui s'arrêtait aux lavements et irrigations coloniques). Je n'ai pas encore eu le temps d'aller voir de trop près les cours de crusine... j'ai hâte! Je les ai survolé, avec la présence lumineuse d'Aurélié , son enthousiasme apporte un coup de boost!! J'ai juste trouvé que les lives étaient trop rapproché des cours, et sur certains, il était redit énormément les mêmes choses que dans les cours, car bcp de questions choisis amenaient des réponses très longues de ce que nous venions tout juste d'écouter. A part ça, super stage qui m'a beaucoup amené de clarté sur tout les sujets présents . Je suis ravie d'avoir participé à ces 4 jours, qui me permette de me lancer avec bcp plus de confiance dans l'aventure du vivant car je comprend tellement mieux ces phases d'enfermement que je traversais , malgré ma volonté , qu'à présent , juste par la compréhension amené par Irène qui emploie bcp ce mot "d'enfermement", j'en suis sortie! Et je me sens libre. Ce stage m'amène un grand vent de liberté!!!! Un grand MERCI à vous tous!!!

Réponse

J'ai eu un souci informatique au moment du déroulement de la formation, je n'ai pas pu suivre en direct le stage. Grâce au système de la formation à distance sur internet et après une mise en état de marche de mon PC je suis très heureuse de pouvoir 'écouter les vidéos . Merci. Ces vidéos sont des sources d'informations qui me font prendre des ailes pour monter en fréquence. Je suis tout à fait convaincue de la ligne de conduite à suivre que vous enseignez. Merci, merci, merci.....Huguette Grève

Tout d'abord, ce stage m'a permis de "rencontrer" Irène qui est tout à fait inspirante. Les cours de crusine m'ont permis de voir les techniques et de me donner des idées pour adapter mes recettes. Tout cela est positif. Par contre, je reste un peu sur ma faim : effectivement durant les vidéos, il est dit à plusieurs reprises qu'il y aura un support pdf pour les cours vidéos (je ne parle pas des ateliers de crusine mais bien des autres cours). Finalement il n'y en a pas. Je pense qu'un récapitulatif aurait été appréciable car il y a beaucoup d'information qui sont donnés et des sujets survolés simplement. Je n'ai par exemple pas compris le protocole complet pour faire une purge, un protocole précieux pour une respiration Wim Hof sans avoir à lire le livre de l'auteur??. J'avais déjà le livre de Irène, La vie en abondance, et je trouve que les sujets y sont déjà plus approfondis que durant les cours ou les livres. C'est ce point qui me déçoit un peu pour le prix payé. Après avoir lu les questions destinées aux lives et attendant une réponse, je trouve que plusieurs bonnes questions posées restent sans réponse. Ça reste une belle expérience qui contribue et motive à aller vers le chemin du manger mieux.

Bonjour et merci à toute l'équipe, j'ai adoré la formation tant sur le fond que la forme (sous forme de discussion), les contenus étaient très intéressants et avec le livre d'Irène faciles à suivre et à intégrer. Le format en webinar est très pratique même si j'aurais adoré vous avoir en vrai avec toute votre belle énergie ! Nous sommes des apprentis sages (comme disait très justement Miguel) et j'ai adoré le fait que ce ne soit pas dogmatique et scolaire. 2 petits bémols que je souhaite souligner : j'ai été déçue par les "live" questions réponses car les questions n'étaient pas toujours en lien avec la conférence et cela est dû aux participants pas à vous...dommage car c'était très redondant et complètement à côté de la plaque, des personnes ont voulu faire une consultation en naturo ce n'était pas le sujet mais je peux comprendre que quand on souffre on veut essayer toutes les pistes, ce n'est pas un jugement, c'est juste que les lives je les ai suivis car je savais que vous étiez connectés en même temps que moi et en terme d'énergie c'est important pour moi. Egalement les cours de crusine que j'ai trouvés un petit peu trop longs mais c'est purement personnel j'ai adoré découvrir toutes vos belles recettes ! Merci pour ce partage incroyable. Merci également pour votre générosité car l'accès au webinar était vraiment abordable en terme de budget et correspond à votre philosophie du partage. Encore un point positif qui concerne l'accès à l'espace personnel sur la plateforme et qui permet de revenir à une conférence, j'ai pris des tonnes de notes et c'est bien d'y revenir avec son propre support et d'approfondir encore les éléments pendant 6 mois c'est vraiment un très très beau cadeau. MERCI MERCI MERCI J'ai deux rêves : le premier de faire un stage in situ avec vous et le deuxième de devenir éducateur de santé, je trouve ce concept tellement bienveillant et j'aimerais aider les personnes à se sentir mieux et à se guérir. Comme le dit si bien Miguel, il faut expérimenter par soi même et c'est ce que je suis en train de faire . Mille mercis à vous tous, vous êtes formi-doubles !! Une belle équipe autour d'Irène notre soleil ! Je vous embrasse et prenez bien soin de vous :-)))

Bonjour, Le stage m'a beaucoup intéressé. C'est un monde nouveau pour moi que j'ai découvert mi août 2020. La formule 2.0 est pratique et permet de suivre le stage en direct ou en différé, ce qui est très appréciable. J'ai pu y accéder à mon gré. La durée du stage a été pour moi suffisante et le mix vidéo et live a été très instructeur. Vos explications lors des réponses aux questions ont été claires. Je n'ai posé de question car je n'avais pas assez de recul. Ma prochaine étape est de suivre un stage dans le Sud de la France en présentiel au début de l'année prochaine. Encore merci. Belle continuation à vous tous. Paulette.

Votre stage est super, j'ai hâte de pouvoir suivre un stage en présentiel. C'est une fabuleuse aventure, les vidéos aident grandement pour la transition alimentaire merci merci merci

Réponse

pour moi il m'a fixé les idées et surtout les propos collent à la réalité avec emploi de produits simples sans aller chercher des produits sophistiqués et chers .j'ai particulièrement apprécié le coté frais et nature de toute l'équipe dans un environnement tout simple et les petits regards complices en coin !!Vraiment des bons moments que je ne me lasse pas d'écouter et de réécouter notamment la respiration absolument géniale Difficile d'améliorer peut-être faire des formats de 20 mn en doublant le nombre de vidéos c'est à dire en les scindant en 2.J'avoue m'être endormie 2 fois !!! comme quoi c'est relaxant .En tout cas bravo et merci

Bonjours à toutes l'équipe, j'étais ravi du stage, je n'ai jamais réussi à être en live ca me n'a pas dérangé. je vous remercie très sincèrement de ses vidéos, merci de nous les laissez visionné jusqu'en mars 2021 MERCI Je n'ai pas reçu les PDF pour les recettes de cuisine. j'adore faire des jus de légumes !!!!! MERCI A VOUS

J'ai adorée ce stage et j'ai hâte de pouvoir intégrer un stage sur place dès que mes finances me le permettront. Cependant ce stage va me permettre de commencer à mettre des choses en place pour changer mon alimentation et d'observer les réactions de mon corps. d'aller dans le sens de la vie et dans la conscience universelle. J'ai fait la connaissance d'Irène par la vidéo du chou Brave et j'ai ensuite acheter son livre " LA VIE EN ABONDANCE". Travaillant dans le médical, grâce à son livre je me suis rendu compte de mon formatage intellectuelle. Et j'ai commencé par changer mon mode de vie et mon mode alimentaire en éliminant beaucoup de poisons et en cherchant à le remplacer par des aliments plus naturel et plus digeste. Maintenant grâce à ce stage...je vais encore aller plus loin. Merci à toute l'équipe! Nat

une meilleure connaissance de mon fonctionnement, de ce que je mets en place, encore plus de confiance en moi. Après le stage, j'ai totalement arrêté la prise de compléments alimentaires. Tout est très bien. Merci encore à vous tous. Chantal Rudaux

Une meilleure compréhension de l'alimentation vivante

Les cours m'ont apporté du réconfort et l'espoir de trouver un jour la santé même si je sais que ça va pas être du jour au lendemain. Les méthodes sont claires et le discours est motivant.

Bonjour Irène et son équipe . Je suis satisfait de ce stage. je vous "suis" depuis quelques années déjà et j'aime votre façon d'aborder la naturopathie et la santé naturelle. Votre message est clair, simple et il tombe sous le sens. Votre tandem avec Miguel est extra car lui aussi par son expérience scientifique apporte un grand plus et complète, perfectionne et optimise votre message. Merci pour tout et je continue à mettre en pratique vos conseils. Comment améliorer? Vous avez abordé de manière claire et simple les sujets principaux en naturopathie. Il ne vous reste plus qu'à créer une formation en 10 jours sur la naturopathie en étayant et en allongeant le contenu . Mais pour cela ne vaut-il pas mieux, pour les personnes qui désirent aller plus loin, de suivre une formation en vraie naturopathie sur un cursus diplômant. voici ma pensée .

Stage très enrichissant et qui complète votre livre: La vie en abondance. J'ai adoré je vous mets 10/10 pour tout. Grand merci pour ces moments

- Une chose et son contraire sur le format des "lives": J'ai fait de multiples pauses pour réécouter, ce qui est très pratique. Par contre, même quand j'ai voulu les prendre à l'heure, j'étais triste de voir qu'il s'agissait de vidéos préenregistrées dans lesquelles je ne pouvais poser aucune question. - D'autre part, j'ai particulièrement apprécié le recentrage scientifique et la vulgarisation de Miguel. - De plus, vous avez confirmé et enrichi ce que chacun pense et ressent intérieurement. - Après tant de bonnes résolutions, je suis en manque d'informations pratiques (comment, quand faire sa purge par exemple). Un tuto aurait été bienvenu. - Enfin, vous avez changé ma vie. Une nouvelle vie commence pour moi. Merci Benjamin Né à Carpentras (Quel bel accent que celui d'Irène!) et habitant en Polynésie française -

Réponse

Bonjour, Je vous remercie pour la qualité de ce stage et l'apport exceptionnel d'Irène Grosjean fruit de 60 de Naturopathie et tellement de congruence entre ce qu'elle est et ce qu'elle transmet. Ma seule frustration réside dans le fait que je n'ai pas pu poser de questions durant les lives mais j'espère qu'un jour je pourrais faire un stage en présentiel et lui poser directement mes questions :-)) J'aurai bien aimé avoir un pdf récapitulatif pour chaque thème abordé par Irène et Miguel Mille merci pour ce stage si enrichissant Yamina Aissa

J'ai beaucoup apprécié ce stage intense sur 4 soirées mais pour moi très clair, encourageant pour pratiquer. Beaucoup d'informations. Je n'ai pas terminé les cours de crusine. J'aima pratiquer le merci la vie du matin, les techniques respiratoires ne sont pas encore intégrées mais très utiles. J'ai beaucoup écouté tout ce nouveau pour moi et n'ai posé qu'une seule question restée sans réponse. Comment améliorer l'état des gencives, est ce possible de les régénérer et à quoi donné la priorité? Merci pour tout. liliane

Même si vous ne souhaitez pas nous former, des PDF sur une liste d'huiles essentielles avec leurs usages par exemples ou autres thèmes auraient pu être très utile pour nous. Des questions n'ont pas encore réponses et vous souhaitiez y répondre par une autre vidéo que je n'ai pas encore reçue.

Bonjour, merci tout de abords pour le stage il m a permis de remettre en question des vieux clichés, de me motiver a manger mieux! A taiwan là où je vis il n est pas évident de cuisiner cru tout le temps mais on va trouver des solutions pour améliorer notre quotidien, un grand merci! Le stage était super quelques quick pendant les lives mais la nouvelle technologie a aussi des limites ! En espérant pouvoir passer vous voir lors d un voyage en France ! Belle journée

Je vais ai envoyer mon témoignage dans lequel j ai bien exprimé mon avis sur la qualité du stage.

Bonjour, - La première journée de cours : les questions répondues lors des lives ne correspondaient pas au thème du jour. - La communication entre vous et nous n'était pas optimale car nous n'avions droit qu'à 200 caractères, le nombre de questions était important, et nous ne pouvions échanger (donc détailler et étoffer) nos questions. Mais ce sont les inconvénients des lives. - Au vue du nombre de questions se rapportant à une séance privée de naturopathie, il serait peut-être adéquat de préciser en amont qu'il s'agit d'un stage théorique (enseignant des apprentissages généralisés) et non d'une séance personnalisée (résolvant des états de santé particuliers). A mon avis, le nombre de questions concernant des problèmes de santé personnels incommodait la lecture des questions pertinentes concernant le thème du jour et les réponses attendues. Je vous remercie pour votre lecture de mes commentaires. Bonne continuation !

Bonjour, Merci infiniment pour ce stage riche de conseils et de contenus de qualité. J'aurai aimé avoir des réponses aux questions posées durant les Live via e-mail par exemple, ou recevoir une notification lorsque ma question avait été lue et répondu. Egalement j'ai toujours du mal à comprendre le système des purges, comment les faire exactement. Mais peut-être n'ai-je pas bien suivi. SINON ce fut un immense plaisir !!! Merci à tous

Je suis depuis mai 2018 Irene, Thierry Casasnovas, Pierre Dufraisse et Fabien Moine sur Youtube et j'ai une bibliothèque d'une quinzaine de livre sur la naturopathie. Ce domaine me passionne car il permet une vue totalement différente de la médecine conventionnel. J'ai depuis quelque notions de physiologie, de phytothérapie... Ce stage ma apporté des connaissances en respiration, crusine et dans la pratique des purges (une pratique que je n'ai pas encore expérimenté), j'aurai aimé un PDF sur les protocoles des purges avec les différentes types et étapes à suivre.

Très très bon stage . Note 10 Tout est parfait , je dois finir d'étudier et mettre en pratique . Tout correspond à mon idéal de vie A bientôt . Françoise

Réponse

Bonjour à vous tous, Commençons par les envies ;) - J'aurais aimé un support PDF en plus, résumant des notions et/ou d'autres éléments complémentaire essentiels. - Les vidéos théoriques sont très enrichissantes, malgré qu'aillant regardé une bonne partie des vidéos et interviews d'Irène qui sont accessible sur internet, on y retrouve environ 80% du contenu (gratuit et accessible à tout moment). (Peut-être pouvez vous y apporter une différenciation plus important sur votre support théorique vidéo, comme par exemple la vidéo d'introduction "Bonjour à la vie", au coeur de la vie avec Irène). Concernant le reste du contenu : - Les Vidéos Crusines sont très bien abordés et limpides. - Les Vidéos Respirations amènent un vrai potentiel essentiel. - Les questions-réponses sont tout aussi TOP ! Un vrai plus ! Une belle formation peu couteuse, on en veux toujours plus, comme d'habitude ;) Bien cordialement. A bientôt. Clément MASSON 06 76 91 55 99

Ce stage m'a donné le goût de commencer des changements dans mon alimentation. J'aimerais plus de recettes.

Ce stage m'a appris comment fonctionnement mon système digestif et la conscience de l'importance de manger vivant. J'ai appris: - Que mon corps était intelligent et qu'il peut se réparer lui même si je lui donne des bons carburants, - Que je dois me purger pour aider mon corps à se détoxifier, et ceci très souvent et à long terme - Qu'il y a une façon de respirer qui aide le corps à se nettoyer - Ce que je peux manger et comment préparer de succulents plats... Cette formation est très bien conçue, et cela me donne envie de rencontrer Irène et sa cuisine en 2021 Je remercie Irène et Miguel et toute votre équipe Gratitude Christiane Michaud J'aimerais faire un stage chez Irène pour m'immerger dans toutes ses recettes et bien m'en imppreigner

bonjour et merci pour ce que vous transmettez Ce stage est le 1er que je fais après avoir enfin compris ce que je voulais faire de ma Vie, et m'a donné l'envie de continuer et de choisir un chemin dont je ne soupçonnais pas il y a encore quelques mois. Une énorme déception : celle de ne pouvoir garder les vidéos au-delà de 6 mois. Dans votre mail, je n'ai pas vu l'adresse de Miguel qui recevait à Paris selon votre site. Il n'était pas disponible avant le 25 septembre me semble t il, et je ne le vois pas dans les adresses que vous indiquez dans votre mail. Je vous ai adressé un mail pour une demande de rendez-vous mais je n'ai pas eu de réponse. Bien cordialement. PS : J'aurai beaucoup aimé venir à Cabannes en novembre. Malheureusement, l'argent que je devais recevoir pour financer mon projet de venir n'est pas arrivé dans les temps et lorsque je suis allée sur votre site pour m'inscrire, cette fois TOUT était complet. Pouvez vous me dire si des stages sont prévus dans les mois qui arrivent ? Merci Sandrine Tropchaud sandrine13011970@gmail.com

BONJOUR, VOUS ETES DE TRES BON PEDAGOGUE, ET DES PERSONNES AGREABLE SEULEMENT IL MANQUE DES PETITS DETAILS ,QUI SONT POUR VOUS NATUREL, MAIS PAS POUR LA PERSONNE LAMDA. BONNE CONTINUATION ! EN TOUT CAS JE SUIS RAVI! CAR AYANT COMMENCE A MANGER CRU ! C'EST MERVEILLEUX CE QUE VOUS FAITE ! J'AI ENVI DE CRUSINER TOUT LES JOURS ET DE M'AMELIORER.

Ce stage m'a apporté des précisions durant les cours. J'aime les explications de Miguel avec son approche scientifique. Ça complète bien les expériences relatées par Irène. Un peu déçu du choix des questions dans le livre qui, je trouve, ne répondaient à rien de nouveau car la plupart du temps les gens posent des questions auxquelles Irène et Miguel répondent au préalable dans les vidéos des cours. Ce qui est agaçant ! Je les trouvais eux mêmes un peu exaspérés en disant que le sujet a déjà été abordé dans les cours. Je n'ai pas reçu la vidéo qui devait nous être envoyé après la formation regroupant les réponses aux différentes questions posées lors du dernier livre. L'avez-vous faite ? Merci Irène, Aurélie et Miguel ! Infiniment merci pour ce réveil qui parait si évident une fois que l'on a compris les enjeux de ce changement de vie !

des connaissances théoriques et pratiques pour commencer à son rythme la transition vers l'alimentation crue et vivante.

Réponse

J'ai tout d'abord découvert Irène via des vidéos en 2019 puis j'ai acheté et lu son livre la Vie en abondance avec beaucoup d'intérêt. Adeptes depuis très longtemps des médecines naturelles et de la devise du Dr Kousmine, cela m'a immédiatement parlé... j'avais déjà fait un bon bout de chemin (je jeûne régulièrement entre autre) mais il me fallait aller plus loin et notamment faire l'expérience des purges et améliorer mes recettes de cuisine... cette formation à distance (économiquement accessible) un an après, m'a permis de mettre en pratique et d'expérimenter pour pouvoir aussi mieux en parler autour de moi. Merci à toute l'équipe. Au plaisir de vous rencontrer pour aller encore plus loin dans cette approche de la Santé, la pratiquer et la partager. Evelyne Autin

La formation devrait être en accès illimité. Cela correspondrait mieux à l'état d'esprit de vouloir aider les gens à éduquer leur santé et à promouvoir à notre entourage ses bienfaits. Il faut du temps pour faire une transition et un changement de mauvaises habitudes. Le contenu des cours est intéressant et dense lorsque nous en sommes au stade de la découverte de l'alimentation vivante depuis quelques mois. L'alternance entre l'accès aux cours théoriques et les lives est à mon avis pas assez espacé pour que nous puissions avoir le temps de tout lire, intégrer et être en interaction lors des vidéos avec les intervenants. En proposant une alternative de calendrier à une thématique par semaine, cela laisse plus de temps aux étudiants de s'approprier les informations, contenus, et de se poser des questions. Le coût est un investissement et je crois que rendre cette formation construite sur des modules, cours et vidéos live gagnerait en authenticité en étant accessible sur une durée sans terme pour pouvoir s'y référer dans le temps ou reprendre des infos dans les vidéos de respiration ou de conseils. Mon contact si besoin zizamoona@gmail.com









La vie en abondance stage en ligne - Juillet 2020

364 participants

Question 1

Quelle est votre avis général sur le contenu de ce stage sur une échelle de 0 à 10 (0 : nul, 10 : top) ?

157 réponses

Réponse		Moyenne
Votre avis général sur la formation ?		5 / 5
La qualité des contenus - cours théoriques		5 / 5
La qualité des contenus - cours de cuisine		5 / 5
Le format : mixité entre vidéos et lives		5 / 5
La durée du stage		4 / 5
La communication entre vous et nous		4 / 5
Le rapport qualité / prix de la formation		5 / 5
La qualité des réponses du service après vente (réactivité, pertinence, écoute...)		4 / 5
La qualité des live		0 / 5

Question 2

Dites nous ce que ce stage vous apporté, et ce que nous pouvons améliorer

157 réponses

Réponse

Réponse

Bonjour Juste que c'était la 1ere et qu'il y a des bugs comme 2x la même Vidéo le 1er jour. Mais ce ne sont que des soucis techniques donc ça va vite s'arranger. Juste une chose comme ça une idée . Serait il possible d'avoir une formation pour les professionnels de santé en ligne également dans le futur ? Je ne peux pas m'absenter pendant 1 semaine par rapport à ma vie familiale et professionnelle mais j'aimerais vraiment être formé par vous et je pense ne pas être la seule dans ce cas !! En tout cas j'ai compris déjà pas mal de lien et de choses qui n'étaient pas très claires en naturo traditionnelle . Je suis inscrite à la cure avec nelly en juillet pour tester sur moi même et voir les effets en direct. Etant infirmière de formation je peux vous dire que vous avez éclairé et répondu à beaucoup de choses que je n'arrivais pas à comprendre en médecine allopathique. Et je me sens moins seule quand j'entends que vous pensez également que c'est anormal et degueulasse pour rester polie de faire des chimiothérapies à des personnes en fin de vie ! Pour ne citer que cela. Donc pour résumé très bonne formation et j'ai l'espoir de pouvoir en faire une autre plus poussée. Merci à toute votre équipe et bien sûr à vous deux ! Que vous souhaitez : j'ai appris une nouvelle façon de finir un message Tout de bon !

Une nouvelle vie commence, cette session est le départ, Merci. Je ne doute pas du bénéfice. N'ai qu'un désir, partager... Permettre comme il me fut permis de découvrir. Un conseil et le titre du livre d'Irène, et d'emblée ai commencé à ne consommer que fruits et cru. MERCI.

Bonjour Je suis vraiment très heureuse d'avoir participé à ce stage. Il est arrivé vraiment au bon moment pour moi. J'ai 54 ans et depuis l'âge de 20 ans je m'intéresse à tout ce qui peut me permettre de me sentir mieux à tous points de vue. Au lendemain de ce stage j'ai le sentiment que le puzzle contenant les informations dont j'ai besoin pour vivre en santé à tous points de vue est complété. Je dirais même si j'avais eu ces informations à 20 ans et que j'aurais été en capacité de les intégrer je n'aurais pas eu besoin de chercher ailleurs. Mais ce n'était pas mon chemin. J'ai apprécié les 3 jours précédents le stage avec les vidéos d'Irène, Aurélie et Eric parce que c'était important pour moi de voir la préparation de recettes. Merci. J'ai également apprécié que vous soyez deux et pour moi très complémentaires pour la présentation des différents thèmes. J'ai adoré le contenu de vos différentes interventions ainsi que la simplicité et le côté décontracté. Pour dire simple je me suis régalée et j'ai trouvé ça génial. J'ai senti mes cellules qui dansaient tellement elles étaient heureuses que je capte enfin ces informations. C'est ma façon à moi d'exprimer ma gratitude, ma reconnaissance devant ce cadeau énorme que je viens de recevoir. Merci du fond du cœur à vous Irène et Miguel de transmettre votre savoir de cette manière. Merci à Aurélie et Eric et merci à tous ceux qui ont permis que ce stage en ligne ait lieu. Laurence Et pour les choses que je trouve qui pourraient être améliorées : Le respect des horaires indiqués pour l'accès aux vidéos. Dans les échanges entre vous que chacun ait le temps de finir sa phrase quand il parle. Et aussi, j'avais demandé par mail dans les échanges avec Caroline sur l'adresse mail de Philippe Grosjean comment il fallait faire pour avoir le bon de réduction pour Biossentiel qui fait partie des cinq partenaires avec lesquels on pouvait avoir des réductions. Sa réponse a été évasive et je n'ai pas obtenu l'information. Merci d'avoir permis cette espace d'expression le lendemain du stage. Très belle journée à vous tous Laurence

Ajouter une vidéo pratique pour les purges Même se cela est très bien expliqué dans le livre!

J'ai adoré le format stage en ligne, ça me permet d'y être sans voyager, en étant dispo pour mes enfants et de faire des pauses ou de réviser quand je le souhaite! Je crois que j'ai bien compris ce qu'est la santé et comment l'atteindre... Y'a une profonde remise en question de mes croyances et habitudes qui se fait... Et le plus marrant c'est que bien que je sois douée pour cuisiner cuit et mort, je vais être ravie de ne plus cuisiner et manger des fruits et légumes à la croque... ça va être plus compliqué pour la transition du mari (qui est asthmatique, eczémateux et attaché à ses "plaisirs"), mais je me dis que s'il n'est pas content, il se cuisinera tout seul son petit poison, de mon côté je ne leur en fournirais plus (en douceur)... et je vais apprendre à être patiente aussi ;p Merci beaucoup, c'est mon corps qui vous remercie!

Réponse

Bonjour, Ce fut une mine d'informations et de clarté indéniable. Personnellement, une porte s'est ouverte et qui m'a remplie d'une joie profonde. J'ai vraiment l'impression d'être un errant dans le désert qui a trouvé un oasis. Maintenant c'est vrai que je pense que cela est un peu court, car bien sûr que l'on aimerait approfondir et persévérer sur ce chemin de l'alimentation vivante et surtout sur les purges, car c'est vraiment sur ce dernier point où il serait judicieux d'informer encore et encore, car très peu de gens le recommande au final, et la résistance et la peur sont présents à ce niveau. Bonne continuation à tous et un vrai grand merci. Delphine Rivière

J'avais bcp écouté les vidéos d'Irene sur youtube, et lu son livre La vie en abondance. A force d'entendre, encore et encore et encore + livre + formation j'ai ... enfin .. : -ce qu'est la lymphe et la lymphe circulatoire -Différence entre jeûne et purge - Les étapes des crises d'élimination (fonctionnelle, lésionnelle, chronique, génétique) - Comment déceler le moment où j'ai besoin d'une purge : écouter son corps et sa tête (émotions, idées fixes, etc..) - j'apprécie votre côté : pas culpabilisant . Si vous avez envie d'un aliment et bien mangez le ... ça se régule plus tard- - ce que je n'ai pas compris c'est la partie sur la respiration Wim Hoff ?????? Merci infiniment Miguel de nous avoir répéter encore et encore et encore : vous mangez ce que vous voulez, quand vous voulez, la quantité que vous voulez, à la fréquence que vous voulez tant que c'est végétal et vivant :-))) .;; j'ai compris - j'ai eu des réponses à quelques unes de mes questions , au fur et à mesure, j'avais moins besoins d'en poser. et encore d'autres points dont je ne me souviens pas tout de suite :-) ce qui me paraît encore très difficile c'est de gérer mon mode d'alimentation avec celui de mon mari, de mes enfants, de mes amis , etc; encore trop de tentations qui disparaîtrons au fur et à mesure ... vous nous l'avez expliqué:-) Ne pas se prendre la tête, la vie est simple :-) donc simplement Grand Merci à toute l'équipe au complet

Je n'ai pas noté les cours de crusine que je n'ai pas encore visionnés, manque de disponibilité ; je les vois la semaine prochaine. Le stage a une durée nécessaire mais suffisante, Entrer davantage dans la physiologie, par exemple, n'apporterait rien de plus et ainsi que le dit Irène, il ne faut pas se casser la tête avec ce qui est trop compliqué (si j'ai bien compris). L'essentiel, et même tout, est dans les explications et toute personne " guérissable " est à même d'en prendre la quintessence. Sans doute y-t-il des détails à peaufiner mais le trop est l'ennemi du bien et pour moi, ce stage a répondu parfaitement à mon attente. Les petites difficultés techniques sont des péchés de jeunesse et n'ont pas nuit au message. Tout le monde s'est soumis au con finement sans trop protester et c'était pourtant bien plus gênant. Un seul point : pourquoi le visionnage n'est-il possible que pour six mois ? Merci infiniment à Irène et Miguel, ainsi qu'à toute son équipe.

Beaucoup de théorie, de connaissance, envie de fruits, de légèreté, de reconnecter à, moi et le vivant ... Un peu plus peur pour la mise en pratique...

Bonjour Irène et toute son équipe. J'ai adoré ce stage. Je découvre les vidéos d'Irène depuis 1 an et j'ai acheté le livre il y a peu. Une révélation pour moi. Ce stage est venu compléter mes connaissances. Des vidéos live un peu plus nombreuses serait appréciable. Je vous dis merci, l'équipe est formidable. Ce stage a été un pur bonheur pour moi !

Déjà passionnée par l'alimentation et la santé depuis de nombreuses années (je suis médecin mais j'ai fini par arrêter mon exercice, car plus possible), et pratiquant depuis quelques mois l'alimentation vivante, ce séminaire m'a faite me sentir vivante sur tous les plans, et m'a vraiment confortée dans mon profond désir de rejoindre votre pratique. quelle chance vous avez de pratiquer comme vous le faites! malheureusement vos stages pro sont complets , j'espère vraiment en 2021! merci d'exister , et tout de bon!

J'ai trouvé les cours de la deuxième journée plus intéressants (peut-être car moins théoriques). Cependant, l'ensemble du contenu est vraiment bien présenté et compréhensible de tous. J'aurais souhaité plus d'interaction mais je comprends que en ligne ce soit difficile. Le fait que les vidéos soient débloquentes à la fin de leur enregistrement, pour ma part je n'avais pas le temps de voir tous les modules avant d'assister au live. Merci énormément pour toute la connaissance que vous nous avez partagée.

Réponse

Ce stage m'a apporté une meilleure compréhension de l'approche en naturopathie de Madame Grosjean. Il m'a donné envie d'aller plus loin avec d'autres formations en présentiel pour un meilleur conseil à l'officine! Et oui, bien que pharmacien, je suis convaincue que l'approche de la médecine symptomatique et de son arsenal de médicaments ne contribuent pas ou plus à la santé. Je vais commencer par moi-même et doucement donner des suggestions à tous mes patients/clients pour changer leur alimentation. Cordialement, Dominique Provost Capponi PS Qu'en est-il de mon remboursement car suite à un incident bancaire, j'ai payé deux fois la formation. Merci d'avance.

Il m'a permis un échange avec les auteurs de livre que j'avais lue et habitants loin on est vite déconnecté du monde et peu entendue. De ce fait il m'a permis de clarifier certaines questions et de modifier ma façon de voir la santé et la maladie. Je souhaiterais aller plus loin car étant professionnelle de santé (infirmière) j'aurais aimé me former plus auprès d'Irène.....au vu du contexte actuel je me suis contenté de ce stage très clair.....dans ma petite île (Lifou en Nouvelle-Calédonie) on est un petit groupe à commencer la cuisine vivante et on souhaite aussi faire la cure zen détox de Nelly.....mais pas mal de questions où de difficultés surviennent lors de la mise en place de jus de légumes au quotidien, les premières maladies fonctionnelles,.....alors merci pour ce stage....et ce partage.....à quand vraiment un stage sur le caillou beaucoup de demandes.....tenez nous au courant.....et si vous arrivez à répondre individuellement à chacun ce stage sera vraiment complet.....merci encore.....paix lumière amour à tous ceux qui ont participé à la mise en place de ces deux jours... ♥ . mélodie

Tout de bon ! Merci du fond du cœur pour cette formation à la fois riche sur le fond, s'appuyant sur l'expérience magnifique d'Irène, rejointe par Miguel, et riche d'humanité de joie. Il me reste à continuer à mettre en pratique et à faire circuler cette énergie et ces informations. Merci, merci, merci

Ça fait un peu plus de 2 ans que je cherche une solution de guérison pour les reins de ma mère et j'ai enfin eu des réponses. Merci. Je ne regrette qu'une chose: ne pas vous avoir connu plus tôt.

Tout était parfait! Même le problème technique du premier live!!!! Irène nous avait dit le matin dans son "Bonjour la vie!" l'histoire de l'homme en panne en voiture qui dit "Je suis heureux!"...Ça été un beau moment pour se le rappeler :-). J'ai une immense reconnaissance car il y a longtemps que je voulais rencontrer Irène et venant du Québec, je n'avais pas réussi les années précédentes. Ce stage en ligne est une bénédiction!!!! Car, j'ai aussi beaucoup apprécié Miguel et ça m'a ouvert sur autre chose. Même s'il y avait beaucoup de répétitions entre les modules et les lives, je pense que c'était nécessaire pour plusieurs qui n'arrivaient pas à comprendre totalement le concept de végétal-vivant! Je suis très, très satisfaite de TOUT!!!! Même après la première journée, je me sentais comblée! J'ai trouvé que les lives amenaient un gros plus pour éclairer certains concepts et je trouve que tout l'essentiel a été livré grâce à ses lives (bon, même le premier qui était en différé, comme ils répondaient aux questions, pour rassurer ou nous permettre de mieux comprendre, j'étais aux anges! J'avoue que je n'ai pas encore regardé les cru-sine toutefois, je sais que ça va être plus qu'à la hauteur! Je commence ma nouvelle vie (j'ai commencé mercredi) d'être au vivant-végétal à 100%. Il y a longtemps que je flirtais avec ça toutefois, je retombais dans le cuit de temps à autre, attirée par mes vieux poisons. Maintenant, c'est clair que j'ai les outils et la compréhension pour rester dans ce mode d'alimentation et même, d'aller nettoyer mon être. J'étais loin d'être en accord avec les purges et avec leurs expériences et explications, ça m'a ouverte à essayer. D'ailleurs, j'ai apprécié que Miguel nous rappelle que c'est l'expérience qui compte et que ce stage est pour nous et non nos proches! Une convaincue remplie de gratitude!!! Et bravo aussi pour tout le support technique, cameras, sons... Avec paix, joie et amour, Marie-Claude Morneau

Bonjour ! Ce stage m'a apporté une clairvoyance sur le fonctionnement du corps vie à vie de la santé. Sans dire améliorer mais j'aurais aimé avoir plus de précisions sur les purges notamment. Mais je vous contacterai car il me semble que la posologie est propre à chaque personne. En tout cas je vous remercie pour tous votre savoir et encore plus de le partager. Très bonne journée à vous

Réponse

Bonjour Merci beaucoup pour ce stage. C'était un vrai plaisir d'y participer. Merci à toute l'équipe également, vous êtes tous formidables, surtout vous Irène. Irène, vous êtes pour moi une personne extraordinaire, je ne peux l'expliquer. Merci beaucoup encore et encore. Cordialement Iklmaz FIDAN

Ce que cela m'a apporté: encore plus de motivation et d'envie de continuer sur ce chemin, et une meilleure compréhension du processus. Ces 2 jours ont été très enrichissants, merci à toute l'équipe pour le travail et tous les efforts fournis! Ce que vous pourriez améliorer: il y a eu assez bien de confusion au niveau des horaires, notamment l'exercice de respiration avec Miguel en début de matinée qui avait été annoncé comme accessible dès 7h du matin et ne l'a été que beaucoup plus tard (les 2 jours)... Autre point: un accès aux enregistrements pendant 6 mois est déjà super, mais un accès à vie aurait été vraiment top pour pouvoir y retourner régulièrement...

Merci infiniment je suis Nelly et Irène depuis quelques temps mais je n'appliquais que peu des principes ...Avant le confinement j'ai acheté un extracteur de jus je prenais déjà les huiles essentielles de Nelly et le covid sévère est arrivé ..Mon corps était en total souffrance et traumatisme cela fait 4 mois et je ne suis toujours pas remise , la formation d'Irène est arrivé comme par magie ..Maintenant j'ai tous les outils pour mettre en pratique ...Merci Merci Merci à Irène ,Miguel et Aurélie .. Du coup j'enchaîne sur le cure détox de Nelly ...Que du bonheur , la vie est belle

* faire un support papier avec une synthèse des cours * améliorer la communication entre vous et nous

Ce stage apporte motivation, subtilité de compréhension, entrain, et destémoignages Dont vous êtes les représentants. Il manque un peu de détails sur les purges Peut-être pour les non initiés, moi j'y suis habituée et j'ai lu les livres de Nelly Grosjean et m'intéresse à toutes sortes de purges depuis longtemps donc c'est suffisant. L'amélioration Porterait éventuellement sur le côté technique car les cours n'était pas disponibles dès sept heures le matin comme annoncé et pour le coup il n'était pas facile de les visionner avant l'heure du live et donc de préparer nos questions en amont. Je vous remercie vivement et plein de belles choses....

Très chère Irène. Il y a 6 ans, une petite voix m'a mis sur votre chemin et je suis venue vous consulter, car dans mon corps, ça ne tournait pas rond. J'ai ainsi suivi vos conseils de régénération, vos recommandations et peu à peu, j'ai pu noter les effets positifs et surtout aider mes cellules à se reconnecter vers le bon sens; Puis j'ai suivi 2 stages à Graveson, j'ai lu vos livres, ceux de Nelly et Miguel et bien d'autres bien sûr. Je me suis inscrite à ce stage car d'une part, j'étais heureuse à l'occasion de vos 90 printemps d'y participer et d'autre part pour pouvoir bénéficier de la connaissance et du partage d'expérience de Miguel que j'ai suivi sur Youtube aussi (comme Thierry, Tall et d'autres). Aurélie, c'est un autre domaine, celui de la crusine et avec Eric c'est pareil, je les apprécie vraiment et leur commande de temps à autre des produits. Alors bien sûr les informations n'étaient pas des découvertes pour moi mais en revanche, j'ai mieux perçu certaines choses dans leur subtilité. Les exercices étaient extraordinaires : le bonjour du matin et les respirations de Miguel. Dommage toutefois que nous n'ayons pas pu les suivre en temps réel. Pour ma part c'est un point à améliorer car cela ouvre vraiment la journée avec des énergies particulières. J'ai pu bien sûr le faire le jeudi puisque je pouvais avoir accès au cours de la veille. Le fait qu'il y ait eu des décalages et des petits couacs a pu être préjudiciable pour les néophytes mais ce n'était pas mon cas. Ce matin je suis allée à la mer et ai fait qq exercices de respiration... un vrai bonheur... Les formats PDF que vous incrémentez sont supers. J'ai du mal à vous aider à améliorer la formule tant les contenus étaient structurés et intéressants. Ah oui, une petite remarque, j'ai trouvé bizarre qu'à qq jours une offre promotionnelle permette le prix du stage à 100 € alors qu'il était à 125 €. Je pense qu'il serait nécessaire de ne pas bouger le tarif et cela serait équitable pour tout le monde. Enfin, pour finir, je tiens à vous remercier tous et à vous dire que bizarrement, j'ai vraiment ressenti l'énergie et la connexion avec l'équipe et le groupe alors que nous étions tous chez nous. Le covid a fait naître cette super formule. Si demain vous prévoyez d'autres stages sur un autre niveau, je m'inscrirai de suite c'est sûr. Je vous dis donc mille mercis et le meilleur pour la suite et au plaisir à nouveau de se croiser sur les mêmes ondes, les ondes "TOUT DE BON" :o)

Réponse

Bonjour, il m'a éclairé sur : « pourquoi l'alimentation Vivante et crue est elle évidente pour maintenir notre corps en santé » « pourquoi les purges que je ne connaissais pas aident lors d'un jeûne (je sais pourquoi les jeûnes étaient compliqués pour moi et comment aider mon corps) » « pourquoi, quand et comment respirer avec la méthode Wim Hof et au carré ». Ayant déjà installé des changements, je vois mieux par où aller et suis plus motivée. Un suivi sera rassurant donc je compte me faire accompagner. Les vidéos recettes sont un grand plus car elles donnent envie et donc motivent. Côté technique, le fait de ne pas avoir accès à 7h00 aux vidéos respiration et bonjour la vie comme il était prévu ne m'a pas permis de pratiquer pour pouvoir poser les questions durant les lives (elles l'ont seulement été vers 9h00). Grâce à l'accès des lives du week-end problème résolu donc merci. Bravo et merci car les vidéos étaient agréables à regarder et vous parliez tous simplement en allant droit au but et de manière joyeuse ! Vous donnez envie de pratiquer! Bravo et merci de partager votre Savoir et de manière que ce soit accessible au plus grand nombre ! Encore BRAVO et un énorme MERCI à tous! Laurence Dutry

Bonjour Tout d'abord merci pour votre belle initiative. J'habite à la Réunion et pour moi cela a été une vraie aubaine de vous rencontrer. Je suis thérapeute en médecine chinoise, micronutritionniste et psychologue clinicienne. Je me demande pour quelles raisons mon chemin ne croise le votre que maintenant. Tout devient si simple! Après avoir vu beaucoup de vos vidéos sur Youtube, je m'étais mise à l'alimentation vivante 10 jours avant de suivre ces 2 jrs de stage. Mon objectif est de tester sur moi et de réparer mes bobos qui se sont accumulés malgré une hygiène de vie plutôt saine mais MORTE!!! Certainement, je ferais appel pour une consultation en ligne. Mon objectif ensuite serait de venir vous rencontrer pour une cure en présentiel. Et pour la suite, l'avenir me le dira ! Encore merci . Linette

Cette formation est une mine d'or. C'est la période où j'ai décidé de finir avec l'effet yoyo pour mon poids, avec les traitements pour la haute pression, mes crises d'angoisses. A 47 ans, je n'ai pas d'utérus. J'ai peur d'aller faire un test de cancer. (L'effet que ça fait sur moi quand Irène parle des 13 femmes qui ont fait l'hystérectomie comme moi, Ouf) Mon corps pleure, mon corps appelle à l'aide. Je ne me sens pas bien de la tête jusqu'aux orteils. J'ai prié et j'ai demandé à Dieu de m'aider dans mes recherches. J'ai déjà vu des naturopates mais comme les médecins, ils ne font que prescrire des médicaments. Et moi je voulais juste comprendre mon corps et comment mieux le traiter. Et c'est là que j'ai eu un courriel pour la formation. Comme on dit: «vous connaîtrez la vérité et la vérité vous libérera.» Voilà, la lumière diffuse. J'aimerais tellement continué la formation avec vous. J'espère avoir l'occasion un jour. Je vous dis un grand merci. J'aurais aimé avoir cette formation sur DVD ou clé USB si c'est possible. C'est ma bible d'information et de transformation. J'aime la simplicité à laquelle que vous donnez les informations. Je prends mon temps pour savourer chaque video. Je vous embrasse, salutations à toute l'équipe. Une nouvelle initiée, Monique Occean.

L'amélioration de la technique c'est certain :-)) Une meilleure compréhension sur la nourriture vivante et surtout sur les crises d'élimination. Merci !

Ce stage m'a permis une formation avec vous que je n'aurai pas faite physiquement, bien que l'envie était là depuis plusieurs années. L'envie de rencontrer Irène. Je change mon alimentation, et au revoir obésité, hypothyroïdie et apnées du sommeil . Merci pour les découvertes de la respiration Wim Hof, et les rappels de naturopathie. Les pdf viendront quand vous aurez terminé les stages ? Tout le bien et encore merci la vie ;) Isabelle Trager

Réponse

Bonjour Ce stage m'apporte beaucoup au quotidien et je vous remercie infiniment... Passionnée par les domaines de la santé et du bien-être holistique depuis l'adolescence et ayant même intégré une école d'infirmière en 1984 et travaillé dans plusieurs institutions.: j'ai soutenu du mieux que j'ai pu et observé tellement de personnes malades, très souvent même gravement au sein de ma famille, de mon travail et de ma vie sociale. J'ai moi-même développé des symptômes que j'ai pu comprendre et passer à l'action depuis que j'écoute vos vidéos (2015 environ) J'expérimente +++ progressivement et ce stage m'apporte énormément plus de compréhension et clarté sur mes symptômes. Cela me sort de l'errance, me guide et me renforce pour préserver mon corps, me maintenir en vie et avec une qualité de vie à 53 ans. J'ai réussi à arrêter le pain, les gâteaux, le chocolat depuis un an et le comté depuis 2 ans. C'est un miracle car j'étais addictive à ses aliments qui ne me nourrissaient pas et dont j'abusais . Je me régale avec les fruits et légumes. Dans mon expérience tout ce que vous dites est juste. Suite à ce stage j'ai décidé fermement d'arrêter le café : me purger en continuant de boire du café est absurde et m'épuise +++... J'ai fait 3 purges d'hdr cette année et plusieurs de magnésie : grâce à ce stage je comprends que j'ai encore un gros nettoyage à faire et beaucoup besoin de me reposer, me détendre, me préserver. Il n'y a pas de mots pour moi pour dire combien vous contribuez de façon très précieuse et unique à ma guérison et joie de vivre... Grâce à vous j'ai pu aider ma chienne de 12 ans qui à cause d'une grosseur à une mamelle hurlait de douleur malgré la morphine et un anti inflammatoire. Hdr sur son ventre a été miraculeuse et elle n'a plus mal... J'ai une activité d'assistante de vie où je dépense beaucoup d'énergie et reçois un petit salaire. Je n'ai pas les moyens actuellement de faire un stage au Maroc ou en Provence et je me sens ravie d' avoir pu bénéficier de ce stage grâce à son prix modeste et sa valeur supérieure à toute somme d'argent! Merci infiniment Tout de bon à vous et bénédictions Béatrice

Je suis ravie d'avoir suivi cette formation, elle m'a apporté plus de compréhension, de clarté et de bon sens sur les lois de la vie. Ceci est un plus aux vidéos de youtube et aux livres d'Irène et Miguel. J' expérimente depuis plusieurs années de façon autonome certaines lois (alimentation, élimination). Je vais de mieux. Je vais mettre en place la respiration et apprendre les huiles essentielles. J'ai adoré la complémentarité des intervenants avec Irène. Etant scientifique, les explications de Miguel m'ont éclairé sur la physiologie et le fonctionnement du corps. Ceci me conforte à continuer. Peut-on avoir des récapitulatifs des vidéos de la formation, liste de livres et les liens de vidéos sur la respiration Win hof et de crusine et psychodynamique? Pour chaque vidéos, j'étais obligé de quitter la plateforme pour lire la suivante ainsi que le live. Merci infiniment pour cet enseignement et votre bienveillance.

Que du bonheur ! Cela fait longtemps que je souhaitais faire une formation avec Irene Grosjean. Mais habitant en nouvelle Calédonie, ce n'était pas facile pour moi. Besoin de changer d'alimentation pour retrouver la santé et la vitalité perdues. Alors même si les horaires étaient inversés (le dernier live est à 2h du matin pour moi), c'était un vrai plaisir. Beaucoup de simplicité et d'informations. Merci pour toutes les recettes en pdf.. très utiles. J'avais du mal à me lancer dans le cru, je trouvais cela compliqué. Mais le déclic est là. Un grand merci à Irene et à toute l'équipe. Gratitude.

Je vous remercie de tout cœur pour cette belle opportunité de stage en visio. Bravo à toute l'équipe. J'étais attiré par le naturopathie mais mon instinct me dirigeait l'approche d'Irène. Faut de ne pas pouvoir actuellement participer à une formation en présentiel, c'est un cadeau du ciel ces 2 jours de stage, merci. Il est venu comme une évidence, apporter ce qui me manquait dans mon accompagnement thérapeutique par le corps. C'est par l'expérience que l'on s'améliore, pour moi tout est parfait. Merci pour tout. Au plaisir de vous retrouver dans une de vos formations en présentiel. Que la lumière & l'amour vous accompagnent.

Ce stage était un réel enrichissement, à voir et à revoir, Irène et Miguel ont animé cette session avec beaucoup de bienveillance, de clarté et de bons sens. C'était très intéressant et instructif Merci également à Aurélie pour les cours de crusine. Un grand merci pour cette séance de bien-être que je vais partager à mes proches. D'avance je vous remercie Florence ROUXEL

Réponse

Bonjour, Tout d'abord, je souhaitais enfin rencontrer physiquement madame Irène Grosjean car j'avais fait sa connaissance par l'intermédiaire de ses vidéos et que j'avais commencé à pratiquer grâce à cela aussi. Il me fallait vraiment passer du virtuel au réel et ce stage m'a permis de sentir que c'est un être exceptionnel. Ensuite, j'ai beaucoup appris en naturopathie, surtout dans sa spécialité : l'alimentation vivante + entretien, nettoyage, car elle ne peut pas tout dire en vidéos et grâce également aux échanges avec les nombreux stagiaires. Je pense que chaque stage est unique et j'ai hâte de "redoubler" comme elle dit ! J'ai pris énormément de notes car je ne voulais pas "en perdre une miette", et je sais que, pendant que j'écrivais, je me déconnectais de ce qui se disait et cela m'a gênée. Aussi, pourriez-vous remettre aux stagiaires un mini fascicule contenant les bases, sur lequel chaque stagiaire pourrait apporter quelques notes personnelles et ainsi, être plus présent aux échanges. Personnellement, je ne vois pas ce qui pourrait être amélioré à part cela. Les cours de cuisine étaient super aussi, les repas, l'ambiance familiale, l'écoute, la disponibilité, le cadre magique, les séances de respiration, de pensée positive... Une vraie approche globale ! J'ai tout aimé ! Je me sentais en osmose. Je trouve qu'Irène et Miguel font une super équipe ! A quand l'école pratique de santé dont elle nous a parlé, qui formera des éducateurs de santé ? Je m'inscris tout de suite, étant en reconversion professionnelle en naturopathie que désormais je ne conçois que dans cette spécialité. Merci beaucoup et à très bientôt j'espère. En attendant, à nous la pratique ! Marie-Jo MESSINEO de Marseille

Bonjour, en tout première je vous remercie pour cette belle initiative, elle permet de faire, largement, connaître les travaux et l'expérience d'Irène et Miguel mais pour ma part je suis un peu déçue. Je vais tenter de vous l'expliquer avec bienveillance et respect. Depuis plusieurs années je chemine aux côtés des vidéos d'Irène, j'ai également lu son book aussi en écoutant cette série de deux jours je n'ai pas appris davantage. De plus les "erreurs" multiples de la première journée ont été, malgré tout, un petit obstacle pour demeurer concentrée et fidèle. Je dois humblement reconnaître que j'ai cessé de regarder les vidéos aux horaires du programme et que je l'ai visionnée ensuite...idem quant au premier live raté. Par contre j'ai apprécié les commentaires et observations de Miguel, plus précis, sortir des évidences et argumenter les préconisations m'ont vraiment enchantée..côté positif de ces vidéos est l'ambiance générale, plutôt décontractée et douce...encore mille merci. Cordialement. Annik

J'ai bien apprécié ce stage car il a répondu à beaucoup de mes questions. Je me suis mise à la cuisine durant le confinement en mars dernier, j'ai 66 ans et je me suis dite qu'il n'était jamais trop tard pour bien faire. Il faut dire qu'il y a déjà quelques années que je ne mangeais plus ni viande ni poisson et que je n'avais pas grand appétit. Ce stage m'a donc apporté des précisions sur mon changement nutritionnel dont j'avais besoin. Le duo Irène Miguel est vraiment agréable à écouter. Durant le stage, quand Irène et Miguel étaient assis en train d'expliquer un thème, Eric et Aurélie étaient dans la cuisine ou entraînent et sortaient. Cela est assez gênant lorsque l'on se concentre sur ce qui est dit. En tous cas, merci pour ces précieuses explications, je suis tout à l'écoute de vos explications et admire Irène qui a su utiliser les moments difficiles de sa vie pour comprendre et enseigner un retour aux sources, une forme naturelle de soigner son corps. Tout de bon...

Chère Irène et tout l'équipe... Premièrement: MERCI car ce Stage m'a ouvert une grande porte pour pouvoir commencer un changement dans un des piliers vitaux que je n'avais pas encore bien géré: ma relation émotionnelle avec les aliments et les addictions compulsives à certains aliments qui me nuisent: les graisses... par ex. Mon corps, qui est très sage, il y a quelque temps qui me fait des signes...et comme, maintenant, avec ma décision de prendre ma retraite et d'améliorer certains paradigmes de ma vie.... votre stage avec vos recettes, vos conseils et la vision de la maladie et de la "gaie- rire -son" m'ont donné la clé pour ouvrir cette porte qui était bloquée - c'est comme si j'avais découvert ce message qui était toujours là et que je n'arrivais pas à le voir jusqu'à ces deux jours avec Merci, à nouveau. J'aimerais, cependant, vous demander une chose: pourrais-je trouver un coach on-line parmi vous pour commencer ma transition? Merci d'avance pour votre réponse

Je suis enchantée par ce stage. Je le suis à mon rythme car tout est enregistré, ce qui est une excellente idée. Merci de donner à tous la possibilité de suivre ces bons conseils. Mon rêve serait de participer à l'un de vos stages en "live". Dans l'attente, je vais commencer à appliquer un maximum de vos conseils et découvrir la lactofermentation, les algues... J'ai déjà testé quelques recettes d'Irène, un vrai délice. Merci pour tout, magnifique journée à vous ! Nat

Réponse

J'ai beaucoup aimé ce stage et j'ai beaucoup appris, sur tous les sujets même si je suis naturopathe et que j'ai de très nombreuses années de pratique j'ai 82 ans. J'ai seulement regretté de n'avoir pas eu de réponse à mes questions même si par le biais des questions des autres j'ai pu avoir un petit aperçu sur les réponses à recevoir. Mais la qualité du service en général est impeccable et je suis prête à recommencer un autre stage sur le même sujet, surtout sur les cours de CRUISINE qui m'intéresse au plus haut point. GENEVIEVE TAEYMANS

Le stage m'a éclairé sur un certains nombres de choses et m a surtout rendu plus autonomes pour prendre des décisions qui concernent ma sante et celles de ma famille. Cependant, je souhaiterais qu a l avenir, il y ait aussi des thématiques sur les huiles essentielles, la phytothérapies. Je souhaiterais aussi que la durée d accès des cours en ligne soit indéterminée (pas limite a mois)

J'ai beaucoup aimé le stage malgré les nombreux problèmes techniques qu'il faudra améliorer pour les prochains stages. Il y a aussi beaucoup de questions qui ne sont pas répondues dans les modules et les pdf qu'on ne peut pas accéder. Aussi, j'aurais aimé pouvoir télécharger la vidéo sur la respiration pour pouvoir le faire n'importe où et après les 6 mois d'accès. J'aimerais aussi avoir un document écrit qui résume ce qui a été dit durant les vidéos. Les paroles s'envolent mais les écrits restent..... C'est une première et je vous remercie de l'avoir fait car étant à Québec, je n'aurais pas pu avoir l'opportunité d'aller sur place étant donné la situation actuelle de pandémie et aussi pour le coût que cela demande. Aussi, étant en 3e année en naturopathie, j'aimerais bien que vous puissiez offrir le stage pour professionnel en ligne aussi. Tout ce que j'apprends présentement à l'école avec Christian Limoges, c'est la même chose que ce que vous dites mais sans les purges. En attendant, je vais pratiquer et serait prête pour le stage pour professionnel si vous l'offrez en ligne éventuellement. Merci encore pour tout ce que vous faites pour améliorer la santé des gens et contribuer à faire de ce monde un endroit plus agréable à vivre.

Je comprends mieux la notion des 4 piliers .J 'ai appris quelques choses de très important que l 'on a pas besoin de complément alimentaire si on mange vivant et qu'il faut nettoyer son corps par les purges et les jeun pour éviter ou éliminer les maladies .

Un grand merci pour tout ce contenu qui nous a été délivré. J'ai trouvé de quoi compléter et varier mes menus au quotidien tout en régaland ma famille. De nombreuses réponses sur la santé sans la médecine conventionnelle. ça c'est vraiment top. Merci beaucoup beaucoup Aurélie, Irène et Miguel.

Le stage m'a beaucoup inspiré et j ai appris des nouvelles notions comme l importance de la respiration et l incidence du mucus sur le comportement. Ce que vous pouvez ajouter c est peut-être détailler un peu plus le jeûne, parler du jeûne intermittent également . J'ai vraiment apprécié ce stage et je le recommanderai vivement autour de moi. Merci à vous et bonne continuation.

Je commence l'alimentation vivante et ce stage m'a éclairé, fait ressentir le besoin encore plus pressant de le faire concrètement. Je ressens un appel intérieur très fort que je souhaite appliquer dès aujourd'hui. J'ai bien compris l'intérêt des purges. Un immense merci pour votre partage. Que j'aimerais travailler auprès de vous !!! (je suis naturopathe)

Merci d'abord! Je suis un peu epuisé apres deux jours la. Il y avait plein de bon conseils mais aussi trop de repetitions et étant vegane depuis longetemps avec une grande partie cru je me suis senti traité souvent comme un enfant par Michael. De plus la chimie entre les deux n'etais pas tres chaleureux. Plus de cuisine serait bien. Et j'aurais aimé voire Aurelie plus. Elle semble tres sympa. Merci a vous! Belle initiative et car je vis en Allemagne une possibilité chouette ce stage en ligne.

Réponse

Tout est parfait. J'avais lu le livre d'Irène et c'était une évidence ! Mon inconscient savait ! La conjugaison des apports de Miguel et d'Irène est excellente. J'ai pu suivre cette formation à la maison en fonction du rythme familial. Difficile pour moi de venir à Graveson. Depuis deux mois, je commence la crusine. J'ai surtout faim aux alentours de 14H après la grosse purée de fruits du matin (1 litre). Je suis au jus de légumes le soir. Avant cette formation, j'avais peur des purges. Je me sens capable de me lancer maintenant. Je suis rassurée. Je sais que je suis sur la bonne voie grâce à vous tous. Chaleureuses pensées à toute l'équipe, à ceux devant et derrière la caméra (même l'intervention du chat m'a fait rire !!!). Nous nous reverrons ! Sylvie L

Excellent stage qui me conforte dans ma démarche de changement alimentaire entreprise il y a 3 ans et qui m'a permis de comprendre les réactions de mon corps face au changement. J'aimerais pouvoir disposer d'un PDF sur les points essentiels. Notamment concernant les protocoles des diverses purges, fréquence, positionnement par rapport au jeûne. En fait une sorte de parcours d'hygiène annuelle/aux saisons : combien positionner de jeûne, quand et comment (purges...). Sinon, j'ai trouvé la formation très (trop) dense sur 2 jours et je n'ai pas eu le temps de regarder le dernier module, ni la crusine. Je sais j'ai 6 mois pour le faire... MERCI c'est un vrai soutien pour le changement. Bravo !

J'ai beaucoup apprécié votre stage, je rêvais depuis des années de venir chez vous mais je n'avais jamais réussi à le faire. Je vous suis sur youtube depuis 2017 date à laquelle vous m'avez coaché. C'était un bonheur de vous suivre tous les 2. Je pratique l'alimentation vivante maintenant de façon quasi exclusive bien que j'ai connu des ratés. Etant moi-même dans la formation, je vous fais juste quelques suggestions amicales : pendant les cours de crusine, Aurélie regarde souvent vers le haut, on se demande ce qui se passe. Pour les problèmes techniques de ce matin ou du livre hier, ce sont des choses qui arrivent, ce n'est pas grave. J'ai beaucoup apprécié les séances de respiration avec Miguel, je ne connaissais pas Wim Hof, c'est une v belle découverte. Pour le reste, je me suis régalée et j'ai beaucoup apprécié le caractère complet (cousine, naturopathie, pensée positive et purges). Je vais pouvoir continuer avec encore plus de pêche. Merci pour votre générosité lors des lives et de nous communiquer votre connaissance et de nous déculpabiliser. Je retiens particulièrement de manger ce que je veux, quand je veux dès lors que c'est vivant et végétal. Je n'espère qu'une chose, pouvoir vous rencontrer maintenant ! Vous êtes un exemple.

ce stage était vraiment super et m'a permis de me remémorer ce que j'avais déjà un peu appris dans les vidéos d'Irène et m'aider à accéder à ce mode de vie, ainsi que la connaissance de la respiration avec Miguel. le seul petit bémol était le passage des gens à l'arrière dans la cuisine, Merci encore et bonne continuation dans l'élaboration d'autres stages en lignes, amicalement, Marie Murielle

Bonsoir, Merci pour ce stage. J'ai suivi de façon partielle ce stage et je découvrirai les vidéos restantes ces prochains jours. Mais ce que je peux vous dire c'est que je mange cru depuis 14 mois et je suis absolument enchantée. Donc ce stage m'a beaucoup plu car il a abordé plein de thèmes différents, sous forme de conversation, et je trouve cette approche conviviale. Le cours de cuisine que j'ai vu sur les algues m'a enchantée et donné du peps, la pêche quoi ! J'aime beaucoup la formule vidéos pour informer, puis le livre qui nous permet d'être vraiment reliés. J'ai toutefois un bémol au sujet de la partie live, où l'image était floue. Sinon c'est top !!! Et je ne parle même pas du rapport qualité / prix qui est abordable et qui encourage justement d'autant plus de monde à accéder à cette formation. Merci beaucoup à chacun de vous, pour votre clarté, votre prise de position claire et courageuse. Vous appelez les choses par leur nom et n'hésitez pas à affirmer votre façon de penser. Bravo, pas de langue de bois. Merci beaucoup à Irène, Miguel et à tous ceux qui ont oeuvré en cuisine ou dans les coulisses de cette aventure pour que nous puissions partager vos connaissances. Tout de bon !!! Cordialement Marie-Josée

Réponse

Ce stage est très intéressant et en parfait accord avec nos convictions. Actuellement en période de jeûne suivi par Justine Lamboley, nous avons pu avoir un complément d'information concernant la purge au ricin. En cours de bilan de compétence (mon métier: infirmière) je souhaiterais pouvoir créer un centre " mieux-être" afin, entre-autres, pouvoir relayer vos informations et transmettre le lien qui mène à votre centre. Réveillons notre vraie nature , celle qui mène au bien être en symbiose avec la nature qui nous apporte tant !! Mille mercis pour cette merveilleuse formation !! Continuez !! Benoît et Nathalie

Beaucoup de connaissances sur beaucoup de sujets .. certains auraient mérité d'être plus développés , notamment les modalités pratiques des purges. Je suis très satisfaite de ce premier stage 2.0 , je vais mettre en pratique tous les conseils donnés et je suis sûre d'en retirer les plus grands bienfaits. Merci pour tout ceci. Cordialement . Isabelle

Merci pour ce stage tres instructif, il a repondu à de nombreuses interrogations pour pour detoxifier le corps et travailler le terrain. Amelioration: au cours des lives lorsque un nom de société ou d'ecoles ou titre de livre ou auteur est propose s il pouvait etre ecrit dans le chat par exemple ou epelé de vive voix merci sinon c'est tres intractif vivant avec les lives bravo

je me suis inscrit pour voire les commentaire de madame IREN que j'ai acheter son livre et les deux livres de sa fille Nelly et la surprise avec son collaborateur qui a un doctorat a havard en bio chimie ,plante bala bala je me suis intéresser de plus pour avoir certain informations au niveau du métabolisme biochimie et toute les question que j'ai poser y'a pas de réponse et ne me dite pas c'est des quêtions personnels puisque lui réponde a toutes les questions personnel et a la fin quand j'ai mentionner ROBERT MORSE pour son livre qui a été vendu sur le site boivie (Eric et Thierry) par surprise il répond mais de plus , il dit pas la vérité,il le critique très négative et je n'est pas aimer ces comportement agressive , cette après midi ce collaborateur il parle sur la pensé positive moi je le conseil qu' il commence par lui même ,il parle sur la respiration de gaz de O2 ,mais on peut boire de O2 liquide dans des eau vivant(4eme état de l'eau ou la forme cristalin),un grande merci a monsieur Eric et Thierry pour la traduction de ce livre , trouver un bon collaborateur qui se rapproche a madame IREN comme elle a dit IREN l'union fait la force ,je souhaite long vie a notre cher IREN

BONJOUR, JE VIENS JUSTE DE VOIR LA 1er video de crusine donc pas de commentaire Ce stage m'a fait prendre conscience du fonctionnement humain, donc de réaliser mes désordres Je pensais qu il y aurait d' autre respiration le 2em jours Sinon vous avez été au top dans la réactivitée de mes mails Merci beaucoup et vraiment désolé. Je mange trop de sucre lent mon cerveau est au ralenti HIHI Ca fait des années que je voulait rencontrer Irène , C est fait Merci beaucoup . Il me reste d'intégrer plus finement la méthode Juste une remarque au sujet des enfants , pour le bain de siège avec frottement. OUI certainement efficace mais pas pour informer le grand public , trop de personnes pervers sont sur cette terre . Ca fait des dégâts dans la vie d'adulte Belle soirée Merci Merci Nathalie D.

Malgré l'écran interposé j'ai été particulièrement surprise de me sentir pleinement en stage au sein des sein « du vivant ». Cela tient en particulier à la qualité des intervenants. Toutes les interventions animées par des personnes expertes, passionnées, m'ont captivée. J'ai eu la chance de vivre ce stage dans un très bel environnement ce qui est un privilège. Ce qui m'a manqué ? Les échanges avec les stagiaires et les intervenants comme cela ce passe dans tous les stages en présentiel. Mais à ce tarif c'est impossible ! Donc rapport qualité prix topissime ! Tout le monde peut y avoir accès, quelle ouverture !!! Mille mercis à tous. A renouveler sans modération. Tout de bon Renée LAURENS

Ce stage à renforcé mes convictions sur l'alimentation. Il m'a permis de comprendre le processus et ma donné l'envie d'expérimenter et d'adopter ce mode de vie. Il à même suscité l'envie d'une nouvelle vocation professionnelle.... Un immense MERCI à Irène, Aurélie et Miguel.

Réponse

J'avais débuté l'alimentation vivante l'été dernier accompagné par un "élève" d'Irène. Cet hiver j'ai lâché mais j'ai bien compris grâce à vous que j'aurais dû faire des purges au moment où je me sentais flancher. Ce que j'ai appris avec ce stage : des éclaircissements, sans doute moins de peur des maladies puisque j'ai compris qu'elles étaient là pour nous envoyer un signal et pour nous aider. J'ai beaucoup aimé les explications de Miguel, dont j'avais entendu parlé et que j'ai découvert avec plaisir, il est clair, précis tout en restant simple. J'ai découvert la respiration Wim Hof. Côté crusine je connaissais sauf la lacto-fermentation qui grâce à vous me semble facile à essayer alors que je pensais que c'était compliqué. Parfois un peu de répétitions peut être par ce que j'avais déjà beaucoup écouté les vidéos d'Irène, mais c'est une chance d'avoir fait ce stage que je rêvais de faire depuis longtemps, ça donne envie d'en faire un plus complet en présentiel. J'ai aimé le côté convivial et familial c'est important de se sentir un peu en famille. Le rapport qualité prix et top. Je trouve que vous vous en êtes bien sorti malgré les bugs. Et puis le principal c'est que grâce à ces deux jours ma motivation est revenue ! Je suis prête pour plonger à nouveau dans le vivant, pour moi, mais aussi pour montrer l'exemple à mes filles et mon mari qui j'espère auront envie de faire pareil, c'est bien parti d'ailleurs. Je sais que cette fois-ci c'est la bonne, i ne peut en être autrement et grâce à vous aussi je déculpabilise du trop de ceci ou cela. Bref j'ai beaucoup aimé ces deux jours qui m'ont donné envie de venir un jour dans votre futur paradis Marocain. Merci à Irène, Miguel, Aurélie et Eric continuez cette transmission essence-ciel !!!

Grâce à ce stage, je suis sereine. Je vais poursuivre ma transition alimentaire autrement. J'ai eu la réponse à beaucoup de questions et surtout j'ai compris la cause de tout ce qui m'est arrivée jusque là et qui m'arrive pendant la transition. Demandez et vous trouverez, c'est exactement mon cas. Points d'amélioration: - résumé des cours en vidéo (grandes lignes) - tenir compte du décalage horaire si possible pour les lives (j'habite en Guadeloupe et je me reveillais à 2h du matin pour suivre le programme des cours 1 et 2 mais c'était un réel plaisir car quand on veut on peut) Un grand merci à Irène et toute l'équipe. Tout de bon! Christelle

Formation très enrichissante. Elle donne envie d'aller plus loin dans l'alimentation vivante et l'hygiène de vie. Merci à tous ceux qui ont contribué à cette formation en ligne.

Grâce à ce stage je m'aperçois que manger vivant et végétal est beaucoup plus simple que de manger de façon "conventionnel" car finalement le plus compliqué à mon avis n'est pas de changer son alimentation mais d'être accepté par son entourage. J'aurais simplement aimé mais ce n'est que mon avis avoir un peu plus de précisions sur les plantes et les jeunes. Voilà je suis ravie d'avoir participé

Il m'a conforté sur ma nouvelle façon de manger, j'y ai appris les techniques de respiration, le bonjour du matin, la prise de conscience de ce nous attirons à nous, la cuisine crue, même si je consulte déjà depuis un moment les livres et sites. J'aurais aimé plus d'échanges directs, je comprends que vous ne puissiez pas prendre tous les cas et que ce stage n'est pas une consultation, j'espère que les questions que j'ai posées auront une réponse, car je souhaite vraiment et sincèrement me tourner vers la naturopathie mais la votre et pas celle d'aujourd'hui. Je vais voir pour apprendre les plantes et leurs bienfaits. En tout cas je vous admire et j'admire votre vitalité et vous remercie de nous la communiquer, vous êtes une sainte !! un grand merci pour ces jours et pour votre franchise, je vais prendre le temps de voir et revoir les vidéos pour bien me les imprégner. A bientôt

malgré le fait d'être derrière mon ordinateur, vous transmettez beaucoup de chaleur humaine et vous êtes rassurants dans ce que vous dites et vous redonnez de l'espoir d'arriver à des améliorations de la santé voir même des guérisonsce que j'ai malheureusement perdu avec d'autres naturopathes ... merci beaucoup de m'avoir rebouté... j'apprécie beaucoup les trois jours de vidéos que vous avez mis en ligne avant et toutes les recettes qui vont me servir de base pour avancer dans mon cheminement ...je comprends que vous cherchiez à améliorer cette formation en ligne, mais vous êtes au top les problèmes pdf et vidéos n'ont eu aucune conséquence sur la qualité de cette formation ... A très bientôt à tous

Réponse

D'abord mille mercis pour votre générosité. Vous nous avez nourri de bonnes nouvelles. C'est très clair pour moi, j'ai terminé le puzzle qui était "en pièces dispersées". J'ai re-testé la respiration Wim Hof et intégré la respiration carrée que je ne connaissais pas. Grâce à cette formation, je pris conscience de la force de cette technique, c'est difficile et fatigant pour moi mais je vais l'intégrer petit à petit à ma vie. Rien à changer. Je vous suis depuis 4 ans, je vous suis reconnaissante de tous ces partages de connaissances. J'aurais aimé être formé en naturopathie par vous, je commence au Cenatho en septembre, est ce bien votre fille Sylvie qui interviendra dans cette école ? J'ai sais que je vais devoir apprendre des sujets avec lesquels je ne serai pas en accord mais j'ai besoin d'une reconnaissance pour ensuite accompagner à ma façon. J'aimerais beaucoup vous rencontrer Très intense ce weekend. Merci Catherine

Des explications plus en profondeur que sur les vidéos que l'on voit sur le net, merci Miguel ! Il est très complémentaire d'Irène. J'ai vraiment apprécié le démarrage de la journée avec la respiration et surtout le bonjour à la vie d'Irène, qui, pour moi, est indispensable afin de bien démarrer la journée, et d'être dans de supers dispositions pour la vivre pleinement. J'espère qu'il y aura des PDF des cours, comme pour la crusine. Je vous avoue, que s'il avait duré plus longtemps, j'aurais été ravi. Je trouve tout cela vraiment intéressant, et j'ai envie d'en savoir plus, à tous les niveaux. Merci d'avoir créée ce stage en ligne, car il m'est impossible de me déplacer pour le moment.

Ce stage est une véritable bénédiction, j'ai pu comprendre concrètement ce que je devais modifier pour améliorer ma santé. Merci infiniment Irène et toute son équipe

Bonjour, Ce stage m'a apporté une mine d'informations et m'a encouragé dans la pratique immédiate et non plus dans la théorie. L'importance du nettoyage par les purges et d'autres méthodes complémentaires. Les explications étaient très claires. Serait-il possible d'avoir accès aux livres ? Merci à tous Tout de bon !

Une espérance vers la voie de la guérison en adoptant les conseils. Amélioration : laisser les vidéos à disposition sans date de fin.

Bonjour. Tout d'abord un grand merci à vous d'avoir partager vos connaissances...j'ai vraiment appréciée cette formation qui m'a conforter dans mon souhait de transition alimentaire ...jusqu'à aujourd'hui j'hésitais car j'ai un petit loulou de 8 ans et cela me stressée de sauter le pas...plus maintenant ! Je sens que cela est juste! Et qu'il est temps!!Merci d'être aussi lumineux!!!♥♥♥ Il n'y a pour moi rien à améliorer...vous êtes dans le vécu , la sincérité et le partage...merci infiniment Valérie VRETIC (qui travaille à la librairie Grangier qui vous commande régulièrement vos livres😊)

Ce stage m'a convaincu que changer mon alimentation pourra m'aider à améliorer ma santé

Ce stage était super Il m à permis de me remettre en question et de me mettre au repos pour ce week end , de lâcher prise sur mon quotidien et tendre vers une meilleure santé. J ai compris qu'il faut se responsabiliser et prendre soin de soi avant de pouvoir aider les autres. Merci beaucoup je suis remplie de gratitude et j ai hâte de vous rencontrer un jour. Bien à vous

Bonjour, tout d'abord merci pour tout le travail que vous avez effectué. Ce stage est très enrichissant et complète parfaitement la lecture du livre d'Irène. Il sera agréable de pouvoir reVISIONNER tranquillement les vidéos à notre rythme pendant six mois car elles sont assez denses. Seul bémol les pdf, je vais encore essayer de les télécharger car je n'y suis pas parvenu. Merci encore à tous pour votre belle complémentarité. Tout de bon. Hélène

Réponse

Liste écrite des livres mentionnés dans toutes les vidéos et live. Lorsque vous montrez un document ou un livre dans les live ils ne sont pas assez visibles pour noter titre, auteur etc ou pouvoir lire brièvement ce que dit le document. Dans le dernier live Irène a montré un document (sur la santé mentale? Le bonheur?) que l'on ne pouvait pas voir correctement. Il serait formidable d'avoir accès à une copie lisible. Si vous avez accès à des documents (résultats d'études ou autre) ils seraient les bienvenus (y compris documents en anglais). Nous sommes très demandeurs d'autres formations en ligne avec vous trois. Elles permettent aussi aux personnes handicapées, aux personnes vivant très loin (DOM TOM, étranger...), aux personnes limitées financièrement de pouvoir y accéder. J'ai beaucoup apprécié tout le contenu. Il me conforte dans mes choix et me donne confiance pour essayer vos méthodes. Mille mercis de partager vos connaissances et expériences et de nous guider vers la santé! J'attends de nouvelles invitations pour vos webinaires avec impatience... Prenez bien soin de vous, on va essayer d'en faire autant!

Bonjour, Un grand merci pour avoir concocté ces 2 jours très riches et instructifs. Ca faisait un bon moment que j'étais tentée par ce changement dans ma vie mais avais trop de questions sans savoir où trouver les réponses. C'est chose faite et vous en remercie.....même si bien sûr je mentalise encore! Le changement sera je pense assez facile à mettre en place car j'ai déjà supprimé depuis longtemps produits laitiers (sauf qq fois de chèvre ou brebis....), gluten, sucre, n'ai jamais supporté aucun excitant, mange beaucoup de légumes crus et cuits vapeur douce, rêve de graines germées (enfin de les digérer car ce n'est pas le cas), consomme déjà les produits de Biovie (algues, coco, eau de mer) et ne mange aucun produit transformé. J'ai déjà expérimenté de me priver sans problème d'aliments néfastes mais là je suis curieuse de voir ce dont j'aurai le plus de mal à me passer! Je suis tellement enthousiaste à l'idée d'avoir enfin trouvé la solution que je cherche depuis mes 20 ans (j'en ai 60!). Je me disais en bonne santé car jamais malade et sans traitements mais en fait pas moyen de régler ces problèmes de douleurs articulaires de plus en plus handicapantes (et très réactives au moindre écart et bizarrement aux fruits et certains légumes comme tomates, aubergines...). J'avais peur en vieillissant de ce terrain hyper acide qui m'a déjà valu de la décalcification étant jeune. J'étais comme Miguel une bronchitique asthmatiforme chronique avec des allergies respiratoires qui n'avait même plus de fièvre et ne réagissait plus aux antibiotiques...., et ça au moins c'est déjà réglé. J'ai aussi pu revisiter tous les symptômes vécus au cours de ma vie et voir que, qu'ils soient physiques ou psychologiques, ils ont tous la même explication. J'ai beaucoup cherché, lu, essayé mais là je pense avoir trouvé une bonne solution. Je me suis inscrite à la cure détox proposée par Nelly pour un accompagnement (pas trop les moyens pour un suivi naturo) et la ferai en septembre tranquillement mais d'ici là j'expérimente (incroyable : déjà 2 kg de perdus!). Merci beaucoup pour la générosité avec laquelle vous partagez votre savoir et vos expériences. C'est vivant et avec une énergie communicative. J'ai trouvé tout ça très au point. De plus c'est une excellente solution pour toucher le maximum de gens car les places en présentiel sont prises d'assaut et c'est bien pour ça que vous nous proposez cette solution. de plus c'est financièrement bien plus abordable. Bravo et merci! Les petits ratés, inévitables à mon avis ne m'ont pas posé de problème et je trouve bien généreux de nous avoir du coup donné l'accès aux autres live. Par contre en relisant le programme il devait y avoir les 2 matins la respiration Wim Hof, une fois Yin, une fois Yang et nous n'avons eu qu'une seule proposition (sans savoir laquelle). Je n'ai pas su répondre à la question "communication entre vous et nous", pour moi elle était en sens unique si on n'a pas la chance d'avoir une réponse à nos questions mais on a été bien guidés par les mails pour suivre l'ensemble. En conclusion, je n'hésiterai pas à conseiller aux amis et connaissances de participer à ce genre de stage. J'espère pourtant pouvoir m'offrir un de ces jours un stage en direct live! Bonne continuation.

Merci pour cette formation, cette formation m'a fait sentir moins seule dans ce que je pense être bon pour ma santé. j'ai beaucoup apprécié le sujet sur l'importance des purges et sur la respiration, les cours de crusine en fait c'était très complet, je ne suis qu'au début puisque je mange cru depuis 4 mois, j'avance chaque jours un peu plus. MERCI ENCORE

Réponse

Bonjour, j'ai trouvé ce stage très riche en informations, sérieuses, joyeuses et de qualité. Je l'ai trouvé structuré, clair et progressif. J'ai apprécié les retours sur vos expériences empiriques et scientifiques et évidemment les "Belles Histoires". Les duos sont complémentaires, le cadre très agréable à regarder. Ce stage nous permet de mettre en pratique immédiatement et d'obtenir rapidement des améliorations sur notre bien être quotidien. Pendant les lives, j'aurais préféré poser mes questions sur le 'petit formulaire présent sur chaque module' et rester sur le site de la formation. J'ai donc regardé/écouté mais je n'ai pas participé. Question: sous les encarts des formulaires, il y a le mot "répondre", est-ce uniquement vous ou un participant peut-il répondre à un autre participant? (veuillez excuser cette ignorance, je n'ai pas l'habitude des stages en ligne) Lors d'un prochain stage, pourriez-vous aborder le lien entre parasites et virus + les remèdes qui permettent d'éliminer les mémoires des "vilains virus transmis par les vaccins", les parasites...(J'ai moi-même utilisé l'argile, des tisanes, des huiles essentielles et certains remèdes du Dr Donatini) Je sais que les grands singes mangent certaines plantes pour balayer certains parasites mais Nous, qu'avons-nous oublié? Encore Mille Mercis au "Club des Vivants" pour ce que vous nous avez transmis. Je me suis régalée:) et j'ai trouvé très généreux de votre part d'offrir ce stage à un prix accessible:) Pour information, il m'aura fallu "Les purges en détox avec Irène Grosjean et Miguel Barthelery. L'essentiel Marrakech, janvier 2020" pour entendre et comprendre que le riz et les féculents sont de la colle pour l'organisme! Cela fait presque un mois que je ne mange plus ni riz ni féculents:) Il n'est jamais trop tard... Tout de bon Louisa

je pense que rajouter une consultation individuelle serait importante

Bonjour j ai vraiment apprécié ce stage. J ai visionné les vidéos à mon rythme. Tout est très clair, très vivant. Merci !!! Vous avez eu énormément de questions. J attends les réponses peut-être dans quelques jours... je vais les visionner une nouvelle fois. Il manque peut-être davantage de fiches techniques sur 1 semaine de recettes en exemple...et sur une trame précise pour les jeûnes, la purge etc. Merci pour tout

Ce stage m'a apporté une autre vision de notre alimentation. Je vais participer au stage avec Irène et Miguel de fin septembre à Névache pour continuer à creuser du côté de l'alimentation crue. Vous pouvez peut être améliorer la communication entre nous et les intervenants car beaucoup de questions n'ont pas été retenue. Merci et j'espère à bientôt Dans la semaine, je vais enregistrer une vidéo sur mes retours. Belle journée et merci la vie !!

J'avais déjà participé à un stage en présentiel et je me suis inscrite à celui-ci pour une piqûre de rappel après quelques mois de pratique. J'ai trouvé génial de pouvoir réentendre encore et encore certaines choses, de trouver beaucoup de réponses à mes questions et de pouvoir revenir pendant six mois aux vidéos des cours et de crusine. Merci beaucoup Irène, Miguel, Eric et Biovie (dont je suis une cliente fidèle)

Le stage me conforte dans la responsabilisation de chacun. Nous avons tout en nous et autour de nous pour être en santé . Pourquoi nous en priver? Merci à toute l'équipe Spécialement à Irène Et Miguel. « Tout de bon » à vous tous. Emeline

je suis une patiente D'irène ,je suis contente de cette formation très complète .Je suis une grande admiratrice du savoir et de la forme d'irène . Je suis une des patiente qui a subi une hystérectomie à l'age de 35 ans plus tard cancer du sein ,j'ai bien compris le système de la bonne santé hier c'était bien expliqué et clair .D'après tous les commentaires on ne se sens moins seule .J ai une belle énergie grâce à vous ,je vais vers le haut ... au dessus des nuages il y a toujours le soleilmerci à vous tous Françoise. .

Réponse

Bonjour, Que dire de ce merveilleux moment passé ensemble. Je souhaitais avoir les clés pour reprendre ma vie en main après une vie de dépression et de burn out en cours. Mission accomplie. ! Cette formation est complète me concernant. J'avais commencé à aborder la respiration avec le Qi Gong, mais les techniques apprises ici sont simples et avec bien-être immédiat. Pour l'alimentation, une merveille de compréhension du pourquoi, comment et bienfaits. J'ai appris ce qu'était le repos. Bizarre n'est-ce pas ? Pourtant à 58 ans je ne savais pas ce qu'était le repos ! Quant à l'élimination formation complète. Ce que je retiens de cette formation : ne plus me triturer les méninges, écouter mon corps plus que ma raison, que la vie est simple comme à l'origine de la vie. Merci à la vie, merci à Irène et Miguel ainsi qu'à l'équipe pour ce superbe stage. Comme l'a conseillé Miguel passons à l'application. Je suis prête à la suite et vous tiendrez informé. Tout de bon, la vie est une merveille, chaque jour un bonheur

Ce stage était fabuleux, j'ai appris beaucoup de choses et surtout cela révolutionne totalement ma vision de la santé, de l'alimentation. J'ai commencé l'alimentation vivante il y a quelques mois et j'en ai vu immédiatement les bénéfices. La formation me conforte dans ce chemin que j'ai emprunté. J'ai énormément apprécié les différents registres qui étaient abordés, nous sommes dans une vision globale de l'humain et de l'existence, et cela me donne le sens que j'ai si longtemps cherché. Alors merci, merci !! et à bientôt j'espère. Mireille

Je suis desolée, j'ai bien reçu les lives du 18 mais pas ceux du 19..... Pouvez-vous Remédier à cela svp Merci Irène est exceptionnelle

Bonjour, et merci pour ce stage qui m'a permis d'avoir beaucoup d'info, (je ne l'ai pas encore terminé j'ai une très mauvaise connexion, et doit partager l'écran avec toute la famille !) heureusement que tout est disponible 6 mois ! Je regrette de n'avoir pu participer au live. Cette formation via internet et peu chère, m'a permis d'avoir enfin accès à votre travail et toutes ces informations ! J'espère arriver un jour à faire la transition complète vers le cru !!

Merci infiniment pour ce stage qui, par sa simplicité et sa force, impulse vraiment l'envie de manger autrement. J'aurai peut-être aimé avoir un peu plus de recettes et les live un peu plus longs. Votre travail est remarquable et je n'hésiterai pas à suivre un autre stage.

Ce stage m'a beaucoup plus mangé cru depuis + 1 an (toute ma famille), il ne reste plus que la detox à faire. Je vous en remercie. Marie-Ange

Bonjour, J'ai apprécié ce stage dans son intégralité. Démarrer par la respiration et le bonjour est vraiment une belle chose. Nous avons un sentiment de proximité avec les intervenants (contrairement à certains les passages derrière la caméra ne m'ont pas gênée j'ai trouvé que cela donnait un caractère familial au stage :) Le mélange cours enregistrés et directs est bien car cela nous contraint moins nous avons une liberté pour regarder en fonction de notre planning de la journée. J'avais déjà quelques connaissances dans ce domaine mais mon intention est bien de passer progressivement au cru et d'essayer mon prochain marathon sans pâtes la veille :) Je vous remercie pour ces 2 jours et vous souhaite une belle semaine. Laurence

Bonjour Irène et Miguel et à toute son équipe, Je tiens à vous remercier pour ce stage que j'attendais avec impatience, ayant découvert les jus de légumes pour calmer mes douleurs de polyarthrite rhumatoïde, j'avais envie de passer à la crusine et ce, à la suite des vidéos de Cilou fort intéressantes, J'ai découvert aussi quelques vidéos d'Irène qui m'ont interpellées, comprendre un peu mieux la raison de nos maux au cours de notre voyage, Cette formation progressive très pratique m'a conforté de passer la marche pour ne plus manger cuit, mais vivant et aussi de purifier mon corps (vaincre l'appréhension) sans oublier la respiration Vos expériences, vécus, votre franchise et votre courageuse démarche sont de plus convaincants, merci de nous l'avoir partagé. Je recommanderais ce stage à toute personne qui souhaite améliorer sa condition de vie et d'avenir puisque le Créateur de l'univers nous promet de rétablir un paradis sur terre Bien à vous tous, très sincèrement Huguette Alix

Réponse

Ce stage m'a apporté beaucoup de connaissances, même si j'avais déjà connaissance de pas mal de chose. J'ai eu la chance d'avoir eu une consultation avec Mr Miguel Barthelery. Naturellement, ça remet pas mal de chose en question. Les explications plus "scientifiques" aident beaucoup à comprendre ce qu'il se passe dans notre corps, c'est indéniable. Les parties respiration et bains ont été une découvertes pour moi. Sinon j'aurais aimé avoir quelques témoignages en fin de stages de personnes ayant changé leur vie, leur santé en pratiquant tout cela. Pour les prochaines fois, ce serait bien, qu'une personne fasse un peu le tri des questions, histoire que les intervenants n'aient pas de le faire pendant le live, mais c'est vrai que les différents cas mentionnés lors des lives étaient très enrichissant. Merci pour tout ça, avec ce covid vrai ou faux, on en a vraiment besoin. Merci énormément :)

A part les soucis techniques et quelques répétitions mais qui finalement sont utiles, j'ai trouvé le stage très agréable et j'ai commandé l'Easygreen et le Déshydrateur dans la foulée ... cela faisait longtemps que je voulais renouveler mon matériel ! Merci Objectif : 90 ans et la même énergie qu'Irène - tout de bon tout de bon ! Odile

Très contente d'avoir pu faire ce stage qui s'inscrit dans la suite logique de tout ce que j'ai pu lire et écouté depuis déjà plus d'un an que je suis Mme Grosjean. Très satisfaite d'avoir appris tout ce que je sais aujourd'hui grâce à vous Irène merci infiniment.

Bonjour, il m'est très difficile d'évaluer la formation puisque j'ai eu du mal à me connecter et ensuite pour visionner vos vidéos, je suis incapable de trouver la procédure pour aller dans l'espace membre. J'espère pouvoir enfin accéder à la formation.

Ce stage m'a apporté une meilleure compréhension du fonctionnement de mon corps et je trouve ça très précieux. Merci aussi pour les vidéos de crusine qui donne de bonne base pour commencé et surtout envie. J'aurais aimé avoir un résumé de cours théorique en pdf la formation aurait été encore plus complète. En tout cas j'en suis déjà contente merci à tous.

J'ai apprécié aussi la possibilité de pouvoir revoir le cours jusqu'en décembre.

Ce stage m'a permis de clarifier, de simplifier beaucoup de choses... le fait de comprendre les principes de base m'a motivée encore plus à m'y mettre et surtout va m'aider à lâcher la tête et la pression qui va avec! Mention spéciale au duo Irène/Miguel qui fonctionne parfaitement ! Le stage se termine trop vite, j'en veut plus. Merci d'avoir rendu cette formation possible à petit prix.

Pour moi, je pense qu'il faudrait avoir 1 ou 2 live, à 15 jour ou 1 mois, pour répondre au question une fois digérer la formation, ou visionner la totalité de la formation. J'ai répondu zéro aux questions : pas encore visionner, pas utiliser. Merci BCP pour cette formation.

Ce stage nous donne les clés pour nous orienter vers une vie bien plus saine, respectueuse des besoins de notre corps mais aussi de la nature. J'y ai aussi découvert l'importance des purges. Je n'ai pas encore tout visionné, mais pour le moment je suis vraiment satisfaite.

L'importance de la respiration des idées simples et pratiques pour la préparation de recettes Faciles accessibles ludique et très inspirante comme formation merci beaucoup 😊

Après ce stage, j'ai eu des réponses à la plupart des questions que je me posais. En effet, je suis en pleine alimentation vivante depuis Février 2020 et les bénéfices sont énormes ! L'information mérite d'être divulguée à tous et je veux participer à cette noble mission. C'est pour cela que je vais continuer à pratiquer et à me former via vos formations. Je vous encourage à poursuivre largement cette mission. Pour un premier stage, je vous tire ma révérence: tout était parfait à mon niveau.

Est il possible d'avoir une consultation avec Irene ou Miguel? Merci pour votre réponse

Réponse

Pourquoi on ne peut pas noter au dessus de 5 avec le curseur ????? qualité théorique et cuisine 10 , mais la camera fixe est un peu loin, pas facile de voir. Mixité 10; Durée du stage: je l'ai regardé sur 3 jours; quand même beaucoup de redondances de la part d'Irene. Communication très bien, prix correct. Le premier code reçu ne fonctionnait pas il a fallu que je me débrouille seule (avec mdp oublié) car pas de réponse à ma demande d'aide. MAIS ENSEMBLE TRES BIEN MERCI LAURENCE Bourdeau

Ce stage m'a permis d'approfondir ce que j'avais découvert à la lecture du livre d'Irène. Son livre est très enthousiasmant car il a une vision globalisante de l'homme et de la société humaine et il est plein d'espoir par rapport à la souffrance humaine. Personnellement, je suis de nature très anxieuse et introduire les fruits et les crudités m'ont apporté de la sérénité en raison d'un transit plus harmonieux moi qui étais régulièrement constipée. Ce stage est une vraie opportunité car il m'offre des moyens de pratiquer et des pistes sur d'autres techniques que je ne connaissais pas comme par exemple les bains. Il est très enrichissant d'entendre 2 intervenants en même temps partager leurs recettes en cuisine ou leurs avis et témoignages dans les cours théoriques. Je trouve aussi très bien d'avoir accès à la formation 6 mois. J'ai moins suivi les cours de cuisines et je vais pouvoir m'y mettre. Peut-être qu'il pourrait être placé sur 3 jours pour permettre de laisser les questions émerger après les cours théoriques mais aussi de se poser ...car le week-end est dense. Toutefois, chacun est libre de suivre les modules à son rythme, donc ce n'est peut-être pas si nécessaire. Mille mercis à l'équipe ainsi qu'aux intervenants pour ce merveilleux stage La vie en abondance !

Merci Irène pour vos secrets culinaires. Vos recettes sont top et joyeuses. Votre coéquipière, Aurélie, est parfaite pour animer les cours de cuisine pendant que vous élaboriez de magnifiques plats hauts en couleurs. Les cours théoriques animés en binôme avec Miguel ont été très clairs et limpides. Vous nous avez aussi bien nourris pendant ces moments là. En fait, quand on réfléchit, la médecine de la santé est toute simple. Il faut avoir du bon sens . N'est ce pas ? Merci pour votre accueil virtuel et votre enseignement si riche. Merci Irène d'avoir traversé ma route et grâce à vous j'ai changé ma vie. Je suis fasciaslogue et réflexologie podo fascias et je parle aussi beaucoup d'alimentation et des 4 lois fondamentales de la vie. Tout de bon Je vous embrasse

Après avoir lu le livre "La vie en abondance". qui a été pour moi une prise de conscience, j'ai fait l'expérience de la purge à l'huile de ricin qui a été très pénible pour moi (nausées, coliques et faiblesse), N'ayant alors pas les infos que j'ai acquises grâce au stage, je pensais que la purge n'était pas adaptée pour moi. J'ai reçu plein d'infos utiles et je suis motivée pour me lancer gentiment dans l'aventure. Votre plateau de fruit m'a mis l'eau à la bouche. Je n'étais pas aussi bien équipée. Pour le stage, je suis reconnaissante de tout ce que vous avez partagé. Il m'a manqué une petite introduction, sinon c'était parfait. Je suis malvoyante suite à des ulcères de la cornée depuis ma petite enfance. J'ai à présent 78 ans et je prends ma santé en main. Avec mes meilleures pensées Eliane

Apport du stage : - cours de cuisine : très intéressant, couverture large, permet de démarrer une transition car pour ma part en transition réelle (décision) depuis le 1er juin, j'en avais marre des salades vertes et surtout je mourrais de faim donc tentations et craquages inévitables sur la nourriture classique - cours théoriques : j'avais déjà entendu beaucoup de choses sur youtube (je visionne depuis 6 mois toutes les vidéos d'Irène sans arriver à m'y mettre plus d'une journée) donc beaucoup de redites pour moi tout en ayant quelques questions en suspens pour une mise en pratique. Exemple : les purges. Etant colloïdale, une purge au ricin me ferait le plus grand bien mais au bout de combien de temps de transition alimentaire je peux la faire (elle me fait peur). Faut-il attendre plusieurs semaines/mois d'alimentation vivante ? si je la fais aujourd'hui, je crains que les effets soient trop forts. je n'ai pas eu la réponse à cette question pourtant essentielle ... - Améliorer l'accès à la plateforme pour les live ou prévenir à l'avance de la page privée Youtube (j'ai manqué le 1er live car l'accès plateforme ne fonctionnait pas et j'ai vu la page youtube bien plus tard). Mais il y a pas de problème grâce au replay. En conclusion : j'ai beaucoup apprécié ce stage à la fois pour son contenu et son prix ! Merci de permettre cette formation à ceux qui ne peuvent pas dépenser des centaines d'euros dans un stage en présentiel (surtout qu'ils sont tous complets) Je pense avoir tout ce qu'il me faut pour pratiquer. Et MERCI à Irène pour sa joie, son positivisme, son dynamisme ! (j'ai adoré "bonjour à la vie") C'est elle et tout ce qu'elle dégage qui sont mes moteurs dans cette transition pas facile du tout.

Réponse

Des compréhensions, des explications et des recettes faciles à faire.

Merci la Vie. Merci à vous 😊

C'était très complet! Merci beaucoup. J'ai vraiment l'impression d'avoir passé 5 jours en votre compagnie. C'était vraiment très riche et super bien organisé. Merci infiniment.

Bonjour je suis du Québec et j'avoue ne pas avoir fini ...J e suis déjà quand même conquise et bien emballée par vos connaissances et la qualité! Pour le prix c'est parfait aussi ! La motivation pour moi est ma fille de 20 ans qui est handicapée lourdement ! Je faisais déjà Une démarche active mais votre stage m'a tellement fait comprendre plusieurs situations merci x 1000 et j'aimerais tellement pouvoir en savoir plus et même vous consulter! Nathalie Ratte

ce stage m'a apporté un éclairage lumineux sur le fonctionnement de mon corps. En alimentation suivre mon instinct, encore plus! Et les exercices de respiration, depuis le cours sont devenus journaliers. Merci beaucoup pour tout ça. J'aurai aimé un petit partage sur les légumineuses. Actuellement, je les trempe, les fais germer. Je vais faire des lentilles lacto-fermentées comme indiqué, mais ensuite comment les intégrer dans mes repas crus? Vos expériences seront les bienvenues. Mille mercis à toute l'équipe vous êtes formidables. Et BONJOUR LA VIE!

Je voulais avoir plus de connaissance dans le cru, recettes, purges, système de défenses du corps...a fin de récupérer une pleine santé. Je comprend désormais bcp mieux les choses et j'ai des bases. Merci bcp pour tous.

Ce stage m'a requinquée. Je me sens plus en phase avec moi-même. Je suis tellement convaincue que cette vision de la vie et du vivant est celle que nous avons perdue mais qu'il nous faut retrouver. Je rêve de me former moi aussi et j'y travaille en testant sur moi les jeûnes, les purges, les changements d'alimentation, la pensée positive, la respiration (qui m'a littéralement transcendée), en faisant mon potager... Je veux apprendre les plantes et huiles essentielles, puis je ferai des stages supplémentaires. J'ai posé une ou 2 questions en dessous des cours, mais on ne m'a pas répondu et j'ai envoyé un message (avec capture d'écran) car je ne trouve pas les pdf des cours et là encore, je n'ai reçu aucune réponse. C'est donc là, selon moi, qu'il y aurait quelques petites choses à améliorer. En ce qui concerne les cours de crusine, je n'ai pas eu le temps de regarder les vidéos en détails, mais dans ce que j'ai vu, j'ai déjà envie de pleurer de joie! Et j'exagère pas! Je remercie la vie d'avoir mis Irène sur mon chemin. Je me sens tellement sur la même longueur d'ondes (au sens premier de l'expression)... Merci pour tout

Ce stage fut un régal, il m'a apporté beaucoup de choses qui me servons pour le restant de ma vie. Je vous en remercie profondément !

Bonjour, encore un grand Merci pour ce stage qui apporte les connaissances nécessaires pour prendre en charge sa santé. Il aurait été intéressant de pouvoir télécharger les vidéos et lives en audio : car le contenu est tellement riche qu'il aurait été utile de pouvoir réécouter les capsules après les 6 mois de mise à disposition. Bonne continuation à toute l'Equipe :)

18 & 19 juillet- Liliane Smeu : Très intéressant, inspirant ! pour les recettes Irène-aurélie , les commentaires et indications...(très réticente à la facto-fermentation j'ai décidé de m'y mettre parce que j'ai compris réellement son intérêt) . J'ai apprécié aussi les "binômes" en live : Irène-Miguel. (Je ne sais pas comment accéder aux recettes en PDF). est-ce que les recettes : aubergines et champignon y sont ? et celle de la soupe Tai ? Pour la déshydratation, il manquait les indications de degrés et de temps ...J'ai trouvé la présentation du stage un peu compliqué mais j'ai lâché- prise et me suis laissée guider . Voilà, dans l'ensemble j'ai bien aimé. Merci, beau travail !!!

Réponse

adepte de l'alimentation crue depuis de nombreuses années, j'ai eu de nombreuses réponses aux questions que je posais encore surtout par rapport à ma famille et mes enfants (je viens d'apprendre qu'un de mes fils souffre de colite ulcéreuse... je me doutais que grâce à l'alimentation vivante je pourrai le guérir, mais je suis rassurée et je peux partager avec lui les vidéos. Merci et Bravo Un petit résumé écrit des live serait le bienvenu en complément de tout ce que vous avez mis en place

je trouve que la façon de transmettre le contenu n'est pas assez différente de tout ce qui est en libre circulation gratuite sur internet. c'est normal que le contenu ne puisse pas changer mais honnêtement lorsqu'on s'intéresse au sujet on a forcément écouté l'interview du chou brave qui date de 2013 et tout est là. Après ça ce sont les mêmes phrases, les mêmes anecdotes, les mêmes jeux de mot. J'aurais voulu que vous alliez plus loin dans vos explications. Que vous soyez plus pointus. Personnellement je n'ai rien appris au niveau théorique que ce qui est déjà disponible sur le net. J'ai trouvé la rubrique "Bonjour la vie" pas adéquate lorsqu'on est on line. On a pas l'énergie du groupe, ce que les gens dégagent. Alors en pyjama dans mon salon à vous regarder répéter comme des enfants des petites phrases positives et la petite chansonnette de la fin, je pense que vous devriez éviter, cela donne une image très new age qui n'est plus du tout bienvenue en 2020. Par contre le message est excellent, que cela soit par l'alimentation, les pensées et les émotions, tout ce que nous ingurgitons a forcément des conséquences génial... mais pas comme ça. Du moins pas on line. Toujours sympa les atelier de cuisine, cool décontracté. Sur les graines germées, aussi un peu trop basique à mon goût. Désolé si mon ressenti est un peu dur, mais je vous donne mes impressions avec beaucoup d'amour, car je vous adore, je bois vos paroles. Il est peut être là le problème je vous ai trop écouté, je n'ai plus besoin de théorie mais d'expérimenter. Ce stage n'était peut être pas pour moi Bisous

D'abord un grand merci pour votre dynamisme communicatif. Ce stage a remis en ordre tout ce que je lis depuis un moment et me confirme que je suis sur la bonne voie de mon changement vers l'alimentation végétale et vivante. J'ai compris l'importance des purges que j'avais testés mais n'avais pas intégré qu'il fallait les faire en entretien aussi. La discussion entre Irène et Miguel est très instructive et apporte beaucoup de dynamisme, une grande synergie entre vous deux est perceptible. Par contre, vous avez parlé d'un pdf qui regroupe et organise les informations discutées. Je ne l'ai pas trouvé. Il serait aussi intéressant d'avoir une liste de livres de références pour poursuivre l'apprentissage. J'ai rapidement regardé les vidéos de cuisine et les pdf associés, et je me regale à l'idée de tester ses nouvelles recettes. Bonjour la vie, Merci à tous les trésors qu'elle m'apporte et vous en faites partie. MERCI

Je remercie infiniment Irène et Miguel pour la qualité de cette formation. Je suis en mode de transition alimentaire et l'ensemble des notions abordées au cours de cette formation sont une précieuse aide et un important soutien. Je me sens pleinement encouragé dans ma démarche. Je vous remercie et du fond du cœur pour l'éclairage que apportez ainsi que vos encouragements vers un mode d'alimentation sain. Bien cordialement, Denis.

J'ai adoré ce stage je vous suis tous sur YouTube depuis 1 ans et demi. Vous avez réalisé mon rêve qui était de M'ÉDUQUER pour aller vers une meilleur SANTÉ, plus de connexion avec qui je suis et la SOURCE. L'importance de se nourrir avec les aliments qui est essentiel pour le bon fonctionnement des cellules de mon corps. Ce que vous pourriez améliorer serait les plans de vues des plats et de la préparation des plats. Vous avez tous géniaux. Gratitude à vous tous

Réponse

Depuis le covid, nous pratiquons l'alimentation vivante avec comme support le livre de Nelly " les bienfaits de l'alimentation vivante" et tout ce que nous pouvions piocher sur internet et dans différents livres. Cela a été des recherches incessantes mais très captivantes au sein de notre famille. Nous avons cheminé et constaté très rapidement les bienfaits. Ce stage proposé a permis de répondre à nos différentes questions concernant les différents thèmes que vous avez abordés et a renforcé ce que nous connaissions. Nous avons " kiffé" vos lives qui étaient très riches d'informations également. Notre famille se retrouvait à chaque live devant l'écran. Haha! Un peu de panique au début des lives car qqs soucis mais qui se sont réglés rapidement. Les contenus du stage étaient en parfaite adéquation avec nos attentes. Apport du stage: - La consolidation des connaissances acquises au préalable - La réassurance // au purge - L'affranchissement de l'être : continuer à s'écouter, de laisser tomber les associations alimentaires qui nous prennent la tête, de pratiquer et de pratiquer:), d'être autonome. -Une imprégnation sans problème de toutes vos phrases haha ! surtout celle avec le langage très populaire d'Irène! Un coup de coeur pour celles dont mes parents défunts m'ont laissées en héritage " le lait de vache est pour les veaux" " le terrain est tout, la maladie n'est rien" Il y avait aussi "l'imposture de Pasteur" que je n'ai pas entendu mais qui était sous entendu vu votre positionnement sur la vaccination. - Le constat d'une générosité par le fait que ce stage soit très abordable sur le plan financier. Ainsi, la diffusion de ce mode de vie et de cette alimentation vivante va pouvoir se propager et participer au changement du monde que l'on veut voir. Il n'est pas sans dire que c'est un investissement au début quand on se lance. Même si l'investissement sur la santé n'a pas de prix, il faut que cela reste abordable pour le plus grand nombre. - Une envie de rencontrer d'autres personnes dans ma région. Ce qui s'est déjà réalisé d'une manière impromptue. Nous sommes six avec plein d'idées de rencontres... Pour les améliorations , des petits soucis techniques rencontrés lors des lives mais vous avez bien rebondi et aussi Irène qui s'amusait quelquefois avec son col de chemisier ce qui occasionnait qqs grésillements mais trop drôle! J'ai été surprise par la réaction de Miguel lors du dernier live, je crois. Il s'est montré un peu énervé mais j'ai très vite compris que la répétition des questions sur les principes de base finit par entraîner de la nervosité surtout en fin de stage:) Je garde précieusement vos contenus pour prendre le temps de les regarder et de les digérer. Vous avez "prémâcher"le travail. Je vous souhaite une excellente continuation et espère vous rencontrer un jour. " Vers l'autonomie pour vivre heureux vivons (tout) simplement avec un beau panier de fruits et de légumes" Bisous parfumés à la mirabelle de mon jardin.

Vérifier pendant l'enregistrement la qualité et les niveaux audio de l'émission. Rester focalisé sur le sujet afin d'éviter les répétitions déjà traitées lors d'une vidéo précédente, même si la répétition a parfois du bon. Etre plus concret dans les posologies lors d'une discussion à bâtons rompus. (Purges) Un document pdf fourni pour les recettes est un excellent récapitulatif. Merci.

Le stage aurait pu durer une seule journée. Trop de temps perdu à discuter Il y a eu beaucoup de répétition et finalement rien de vraiment concret à exploiter hormis les vidéos de crusine. Les jus ont été pratiquement absent alors que cela complète efficacement la crusine Ne vaut pas le prix payé.

Merci pour ce stage qui complète toutes les interviews que j'avais déjà visionnées et aussi le livre d'Irène. Bien sûr, Irène nous répète sans cesse les même règles mais finalement on arrive à les retenir! Je rêvais de rencontrer Irène pour un stage avec mon mari qui s'occupe de faire à manger, mais c'est difficile à organiser, et donc avec le replay, il est plus facile pour moi de partager avec mon mari ce que je veux lui faire connaître. J'ai beaucoup aimé le live qui répond à toutes les petites questions idiotes ou pas, que l'on se pose quand on débute dans le monde du cru!. Depuis plusieurs mois, nous avons commencé à introduire le cru et le résultat est fantastique! kilos en moins, meilleure forme en plus! Un grand merci à tous pour votre grande générosité qui a permis de nous offrir un tarif très abordable pour nous aider à retrouver la santé!

Ce stage m'a permis de comprendre ce qu'était réellement l'alimentation vivante. Elle permet de mettre facilement en application dans la vie quotidienne. Merci pour tout. Elle m'a apporté plein de joie et de bonheur et bien sur le chemin vers la vraie santé.

Réponse

Il a été évoqué qu'il y aurait un pdf sur les sujets abordés. C'est bien ça ? Il me tarde les prochaines formations! Un grand merci, vous êtes mignon comme tout tout mes deux! ;)

je suis désolée de ne pouvoir faire avancer la réglette pour mettre des notes alors je vais procéder différemment avis général sur la formation 8 qualité des cours 9 cours de cuisine 8 le format 7 communication 7 service après vente 10 Ce stage m'a dynamisée et remotivée à reprendre et poursuivre l'alimentation vivante que j'ai découvert en août 2014 lors d'un stage à Graveson. Cette année là après 4 mois de pratique j'ai abandonné tellement l'intérieur de mon corps était glacé et j'étais très fatiguée. Au cours du séminaire j'ai demandé " que puis je faire pour éviter cela ? " mais ma question n'ayant pas été retenue chère Irène pouvez vous aujourd'hui m'apporter une réponse et une solution. A l'époque j'avais 76 ans et en août j'en aurai 82, du signe du lion comme vous donc une engagée et non endormie ! Je garde un merveilleux souvenir de ce temps passé près de vous. Croyez en mes sentiments les meilleurs

Pour l'évaluation je mets 10 pour chaque question. Je n'arrive pas à mettre 10 dans le tableau ci-dessus. Ce stage m'a apporté beaucoup d'informations super intéressantes et encore merci à vous deux.

MERCI MERCI MERCI Irène, Miguel et Aurélie. Je n'ai pas assisté à ce stage en direct mais le regarde en replay, je suis au jour 1 mais cela me passionne tellement que je suis certaine que le jour 2 sera identique. Ecouter Irène et Miguel est une vraie source d'enrichissements, j'ai appris la respiration, et petit à petit tout cela m'amène à consommer une alimentation crue car j'adhère à 110 % à tout ce que vous dites, le pouvoir extraordinaire de notre corps, les ondes que nous émettons, J'ADORE. Mon seul regret est peut être de ne pas avoir écouté ce stage en direct car il m'est impossible maintenant de vous poser mes questions... Mon rêve, maintenant est de pouvoir suivre ce stage en physique chez vous et pourvoir rencontrer cette dame charmante qu'est Irène. TOUT DE BON et encore Merci à toute l'équipe pour ce merveilleux moment. Ghislaine BARBIEU 28000 CHARTRES

Beaucoup de prise de conscience, merci.

J'ai mis tous les curseurs au top pour mon avis général tellement je suis enthousiaste. Je termine une séance de respiration avec la voix apaisante de Miguel, Je découvre que je peux respirer, après des années en mode survie ...Le bonjour à la vie de Irène est un moment de pur bonheur. Et je pratique, les repas de fruits sont un délice, je prends des jus de légumes tous les jours depuis des années. La cuisine crue est en bonne voie (le 100% n'est pas atteint, c'est un objectif). Je pratique les purges. Tout cela me semble finalement d'une évidence biblique quand on a bien compris l'enseignement de Irène et Miguel. Cette approche de la santé est une découverte extraordinaire, je tâtonnais depuis des années, j'avais déjà changé de façon de manger depuis 7 ans (sans gluten, ni lactose, poissons et viande blanche de temps en temps) j'avais déjà regardé des vidéos de Irène, mais ce stage m'a permis d'aller plus loin. Merci infiniment de partager votre expérience, vos découvertes, votre pensée et votre amour de la vie. Merci de nous enseigner le chemin de la liberté pour prendre soin de soi. Quelle leçon de vie magnifique! Merci aussi à toute l'équipe qui respire tellement la joie!

Ce stage m'a fait découvrir l'origine de mes douleurs et mes lourdeurs. J'ai bien en tête votre démonstration et l'expression "quand c'est cuit on est cuit" : facile à mémoriser pour accéder au cru. Continuez de répéter plusieurs fois les mêmes informations, cela m'a été précieux autant dans les vidéos que dans les live: c'est ça la pédagogie, pour cela c'était une vraie formation. Je compte sur vos réponses aux questions non abordées. Merci pour cette transmission de connaissances et d'expériences

Stage parfait... plus qu'à acheter au début un blender et un extracteur de jus, ayant déjà un magimix et commencer à faire les recettes... merci

Réponse

j'ai 74 ans, je suis mère de trois garçons et grand-mère de 6 petits enfants. Merci infiniment pour cette formation en ligne que je savoure. Je consomme des jus de légumes depuis 5 ans, à la suite d'un cancer en 2010. Je ne J'ai perdu 20 kg sans le chercher. La cuisine a toujours été une contrainte et je me découvre en cohérence avec l'alimentation vivante. Vous communiquez vos connaissances, votre savoir-faire mais surtout votre passion, c'est elle qui génère ma gratitude. J'apprécie votre conscience du travail bien fait. Merci à la Vie de nous garder Irène qui a sculpté sa sagesse sur la transmutation de ses expériences. Au grand plaisir de vous retrouver. Brigitte SEGARD

C'était 1 première ! une formation en ligne! Etonnamment ,Je me suis familiarisée avec les outils assez facilement. Grace à l'aide technique en directe de Caroline :) . J'avais cru que le we entier serait en LIVE...Une fois compris le fonctionnement, tout a bien roulé.Formation bien conçue ! (j'appréhendait bcp) 1-Je suis tombée par hasard sur la vidéo d' IRENE GROSJEAN faite par LE CHOU BRAVE : " La VIE en ABONDANCE", j'ai acheté le LIVRE, Je me suis inscrite il y a peu de temps à la Lettre du CHOU BRAVE, et comme par hasard un STAGE d'IRENE se présentait... J'ai 59 ans, j'ai passé ma vie à chercher, à travers des formations, et expériences diverses pour être en bonne santé! J'avance pas à pas. 2-Les points forts de cette FORMATION. Tout ce qui est présentée est d'une LOGIQUE implacable ! et me permet de concrétiser cette indépendance, que je recherche , vis à vis du SYSTEME moderne... La forme, Les 4 thèmes abordées sont d'une simplicité et j'aime : SIMPLICITE et INDEPENDANCE. Vous m'avez apporté des CLEFS qui me manquaient pour avancer plus loin dans ma recherche d'une BONNE SANTE (glaires sur le rein, huile de ricin...) 3-Si je n'avais pas fait la FORMATION, Je serais à chercher , encore, comment renforcer MON REIN fatigué (rein unique de naissance). 4-Je ne peux que RECOMMANDER la formation: Les CAUSES de la MALADIE sont simples à comprendre . Et le coût est très abordable !!! Cette formation est une graine à planter dans le cerveau humain... MERCI MERCI MERCI NB: J'ai envoyé un texte libre à Caroline Catherine PAQUIET

Bonjour ,merci pour ce stage .Je suis devenue végétarienne il y a un peu plus d'un an et depuis un moment j'ai découvert l'alimentation vivante .Pas facile à mettre en place lorsque le cercle familial est fermé .Heureusement avec les beaux jours qui sont arrivés et le fait de me retrouver seule avec ma fille (20 ans et prête à tenter plein de choses...) j'ai pu commencer à me lancer .Tout n'est pas top car encore des allers retours entre l'alimentation vivante et le végétarisme mais pas d'importance pour moi .Je me donne le temps comme pour devenir végétarienne où il y a eu des moments de craquages ...J'aimerais suivre un de ces jours un stage en présentiel mais un peu compliqué pour l'instant (trop de choses à faire) ;ce stage en ligne a donc été pour moi le bienvenu pour aborder ce mode d'alimentation qui me parle de plus en plus ;et aussi une source d'infos ,une confirmation sur certains points,une réassurance dans certains domaines où l'on doute de bien faire ,de ne pas commettre d'erreurs après des années où on nous a dit le contraire ou plutôt on nous a bien martelé les choses.Donc merci pour de m'avoir permis d'accéder à toutes ces informations ...Véronique

Bonjour à toute l'équipe, je suis suivie par Le Dr Miguel, et cela m a permis de parfaire mes connaissances concernant beaucoup beaucoup de sujets, notamment sur la respiration, les purges, le crudivorisme, et cela m a conforté que j avais pris la bonne décision. Merci encore pour votre travail, et votre engagement authentique à vouloir ouvrir les yeux aux gens qui ont pris la mauvaise voie... Merci de vous avoir regardé, je n ai éprouvé que du bonheur à vous écouter. Je suis maintenant passionnée d apprendre encore davantage. Colette

Merci pour cette formation, par ce stage j'ai eu des réponse globale mais j'aimerais vous consulter en personne et avoir des réponse personnalisées. D'ici là je vais essayer d'appliquer vos conseils.

C'était une expérience magnifique. Lors des thèmes sur les causes des maladies, transitions et purges. Il me semble avoir entendu qu'il y'aurait des supports écrits, mais ils y étaient pas en dessous de vidéo. Serait-il possible de les mettre à disposition svp?

Clarification de mes idées. Beaucoup d'informations, de conseils pour avancer.

Des précisions sur le manger cru, des info importantes sur tous les vidéos, apprendre à respirer avec les vidéos du matin et bien d'autres choses qui ont fait ma joie. Merci.

Réponse

Bonjour, Magnifique stage qui m'a permis de me remettre en mouvement, dans la vie et enfin de savoir comment être sur le chemin de la santé ! En commençant par me débarrasser de mon mucus et des peurs qui m'habitaient .. Stage bien structuré pour les vidéos Humanité, compassion, humilité, confiance en la vie, simple ... transmission de cœur à cœur. Je me suis tout de suite sentie en confiance. Les temps de live ... bof ... des questions arrivant trop tôt et du coup ... beaucoup de répétitions. Peut être proposée ces temps de questions réponse 15j après les vidéos ... pour qu'on ait plus de recul ... Et donc des questions plus pertinentes ? Cours de crudine : bien Peut être rajouter un mémo écrit pour la mise en œuvre des purges notamment. C'est galère d'aller retrouver le moment où Irène parle des quantités et aussi préciser s'il faut faire diet avant ou pas, combien d'heures après se ré alimenter etc... Voilà ! Un grand merci ! J'expérimente et je pense avoir besoin d'un échange concret d'ici quelques temps ... pour une guidance sur du long terme. Je contacterai les naturopathes recommandés par Irène. Ou un stage peut être ... , Notamment pour les temps de respiration. Et si en tant qu'orthophoniste je pourrai compléter mon action avec mes patients ... Personnes présentant des démences, enfants englués dans le système scolaire etc... problèmes de Mémoire, d'attention ... En maturation et à discuter Merci ! Tout de bon Hélène

Cette formation m'a énormément apporté et j'ai tout apprécié. Elle est aussi très agréable à suivre et le format est très convivial. Pour les cours de crudine, les fiches sont bien faites et elles seraient parfaites avec les quantités et mesures. Encore merci et j'espère qu'il y aura une suite :-)

pleins de bonnes choses c'était super intéressant, cela m'a conforté dans la voie que j'ai décidée de suivre.

Je suis ravie. Ce stage était vraiment très bien. Avant de le faire, je n'étais pas convaincue du format, j'aurai préféré en présentiel mais finalement je n'ai pas été déçue et cela m'a permis de commencer à pratiquer. J'ai appris énormément. Merci pour votre bienveillance et votre bonne humeur !

J'ai adoré le stage, je regrette seulement que pendant les différentes séances avec Irène et Miguel, Eric et Aurélie Viard venaient sans arrêt dans la cuisine (ainsi que leur fille), on entendait du bruit c'était vraiment pénible, peut-être que pour eux cela avait l'air convivial et sympa, en fait c'était tout le contraire. D'autres part je trouve dommage que sous les vidéos, il n'y ait pas de réponses aux commentaires qui sont souvent très intéressants pour bien comprendre et peuvent nous aider à notre évolution. Ce qui m'embête aussi c'est le délai de 6 mois, je trouve cela un peu trop marketing, c'est dommage. Quoi qu'il en soit merci du fond du cœur à Irène et Miguel, et à la team Biovie Eric et Aurélie.

Très intéressant, j'ai appris beaucoup de choses malgré toutes les vidéos que j'ai vu avec Irène Grosjean, Miguel et Irène nous apporte beaucoup de choses. Un bon duo. Félicitation, quelle générosité. J'adore tout simplement. Merci encore

Ce stage m'a permis d'assembler des connaissances glanées de façon éparpillée dans les différents vidéos youtube d'Irène Grosjean Et cela m'a donné envie d'apprendre davantage! Je suis psychologue clinicienne et travaille en hôpital. Quotidiennement en contact avec "la logique à l'envers", merci pour toute l'inspiration du Vivant!