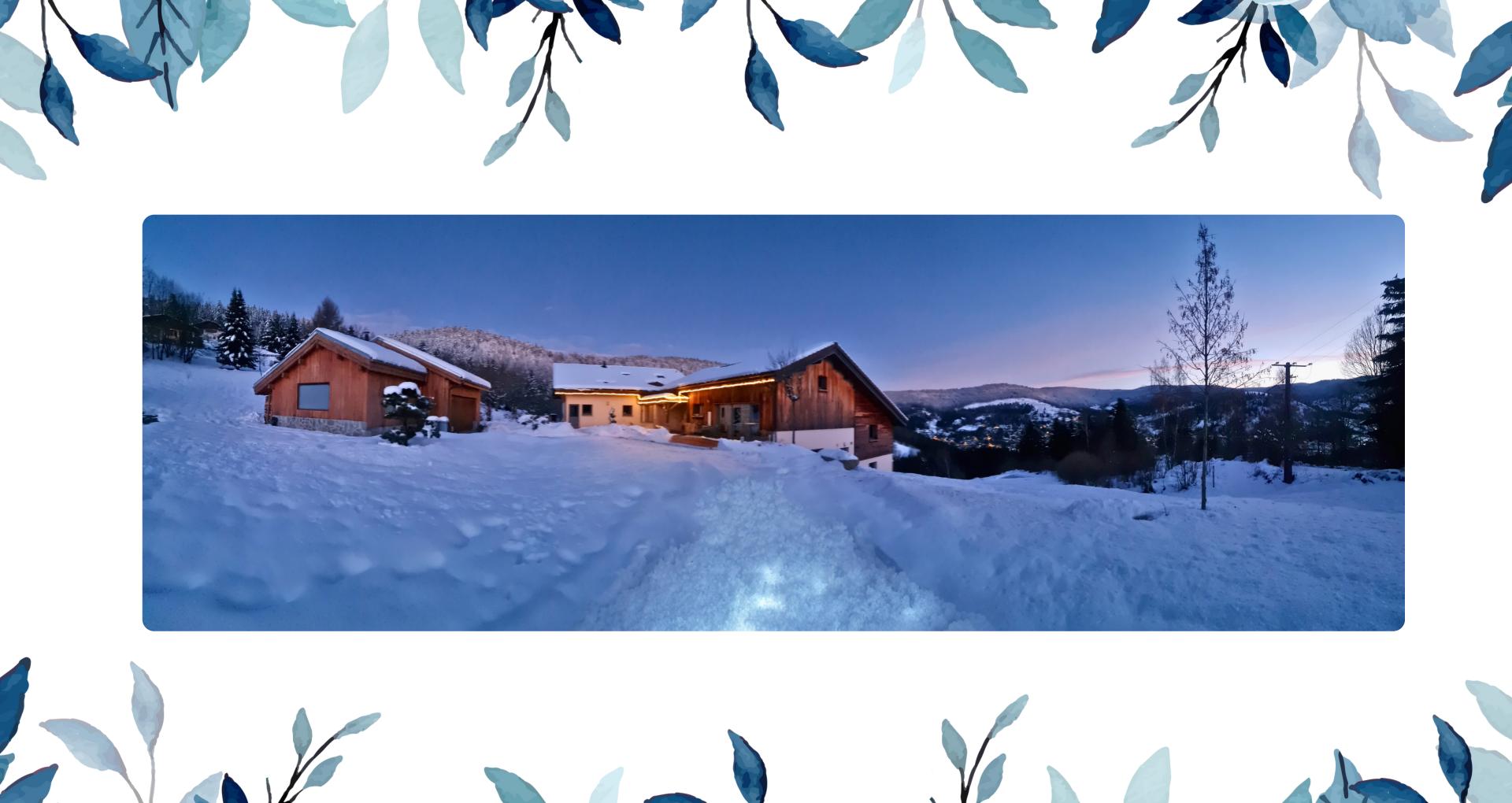


LES STAGES INSPIRÉS

Programme et inscriptions 2024

> Francois Tournay 0688058779 francoistournay@francoistournay.com





INSCRIPTION

Par chèque à l'intention de Sarl Sainte Thérese :

Chalet TEREJO ET SPA
francois tournay
12 lotissement sous ermitage
88310 Ventron
francoistournay@francoistournay.fr

Par téléphone et virement ou chèque:

06 88 05 87 79

IBAN SARL sainte Thérèse : FR76 3000 4012 5000 0100 3951 868

En ligne

https://my.weezevent.com/je-reserve-mon-sejour-a-terejo ou scanner le QR code par carte bleue sécurisée.



06 88 05 87 79 Une question? je vous réponds avec plaisir.



Terejo est au cœur du parc naturel des Ballons des VOSGES.

C'est un lieu de contemplation et d'introspection au milieu d'une nature sauvage où le temps s'arrête.

Au départ des chemins de randonnées et à côté de la chapelle de l'ermitage du frère Joseph, on y vient pour s'évader et se ressourcer au sein d'un haut lieu énergétique Vosgien.

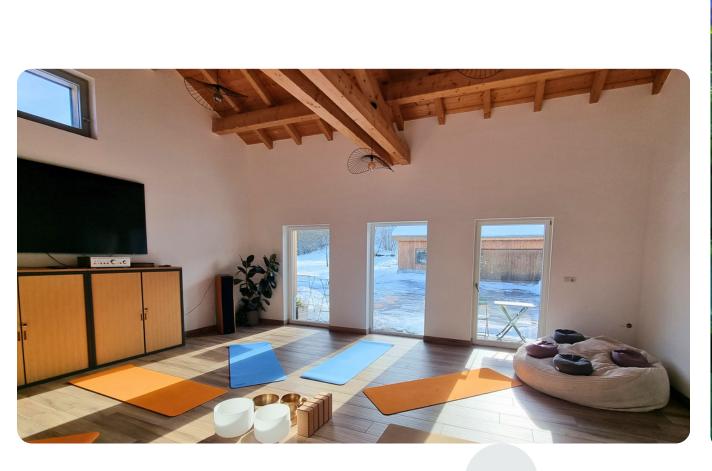
Terejo c'est la promesse d'un lieu où tout n'est qu'harmonie pour une purification du corps et de l'esprit. Cet endroit s'adresse aux personnes en quête de ressourcement.





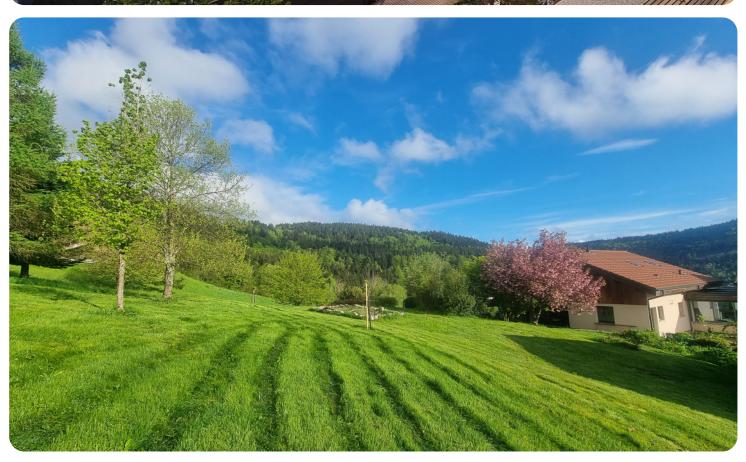












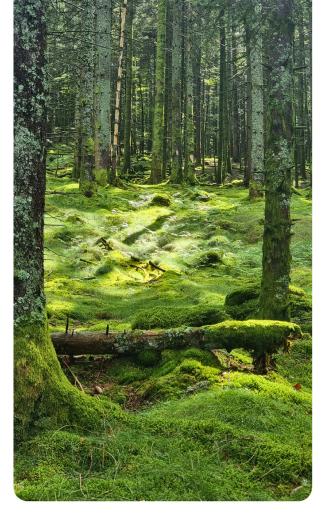


















hiver















hiver







+ LA NOUVEAUTÉ AU PROGRAMME



DE 2024

Programme Aromathérapie, phytothérapie neurosciences.... tout ce qu'il faut savoir .

En lien avec le livre:

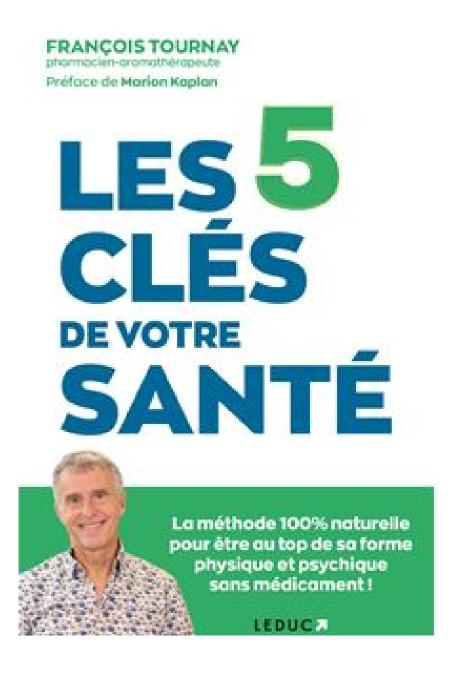
"Ne plus tomber malade?"

Les 5 clés de votre santé - François Tournay



LE NOUVEAU STAGE AU PROGRAMME

10 conférences, 5 méditations pour une santé <u>physique, psychique et spirituelle</u> animé et organisé par l'auteur du livre Francois Tournay



LES 5 CLÉS POUR VOTRE SANTE

Programme:

- 10 Conférences de 1h30heures
- 5 Méditations & bains sonores
- Spa, Sauna, Hammam, Jacuzzi.
- Cuisine bio & ayurvédique
- Préparez et emportez votre mélange huiles essentielles
- échanges chaque soir sur le sujet du jour.

Date: du dimanche 2 juin au samedi 8 juin 2024

juin

Forfait tout inclus - 7 jours/6nuit

- Chambre double, sdb individuelle
 - Forfait 2 personnes :
 1390€/pers (all inclusive et conférences)
 - ∘ Forfait individuel: +380€
- Chambre individuelle, salle de bain partagée : 1290€/pers (all inclusive et conférences)
- Chambre triple partagée, salle de bain partagée : 990€/pers (all inclusive et conférences)
- Forfait uniquement le cycle conférences + livre offert : 390 €

juin —

UN APERÇU DE LA SEMAINE....

Je propose pendant ce stage de partager avec vous 30 années d'expertise dans le domaine de la santé, en aromathérapie et phytothérapie, une méthode en 5 clés pour préserver votre capital vitalité.

"ce programme est conçu pour rétablir la santé, encourager notre corps à atteindre nos objectifs, à explorer nos limites pour les surpasser tout en les acceptant.

Une semaine intense pour s'émerveiller, redécouvrir l'amour pour la vie et à embrasser la noblesse de notre âme"

Clé 1 : Pallier les carences pour retrouver la santé .

Tous carencés! Quelles supplémentations? Vitamine D,iode,magnésium....

Clé 2 : aromathérapie et phytothérapie

Les plantes, huiles essentielles et les élixirs, secrets de longévité.

Clé 3 : Agir sur notre corps grâce aux huiles essentielles et aux neurosciences.

- mise en oeuvre d'une épigénétique favorable
- orienter positvement sa pensée.

Clé 4 : Repousser ses limites pour développer ses capacités adaptatives en profitant du bienfait des plantes .

Maîtriser sa respiration pour optimiser sa santé avec cohérence cardiaque et le jeûne.

Clé 5 : S'émerveiller, retrouver l'amour de la vie et la noblesse de l'âme. Utilisation de l 'incroyable pouvoir des huiles essentielles sur notre esprit.

Équilibrer son énergie vitale, explorer les états modifiés de conscience, Se connecter à soi-même et développer sa capacité d'émerveillement



JANVIER MARS AVRIL 2024

DETOX, YOGA & SPA

Programme:

- Yoga & Qi Qong
- Méditation & bains sonores
- Raquette & randonnée
- Soins du corps (Massage, Spa, Sauna, Hammam, Jacuzzi)
- Cuisine bio & ayurvédique
- Ateliers découver la santé complet s, complet s,

Date : 25, 26, 27 et 28 janvier 2024

PHILOSOPHIE

Programme:

animé par le philosophe Bertrand Vergely

- Cycle : 4 Conférences de 3 heures
- Possibilité de séjourner à terejo.fr
- Possibilité de réserver uniquement la conférence

Date: le vendredi 5 (18h) au 7 avril (16h) 2024

DETOX, YOGA & SPA

Programme:

- Yoga & Qi Qong
- Méditation & bains sonores
- Raquette ou randonnée
- Soins du corps (Massage, Spa, Sauna, Hammam, Jacuzzi)
- Cuisine bio & ayurvédique
- Ateliers découvertes sur le thème de la santé au naturel (Plantes, aromathérapie,...)

Date : jeudi 21 (16h)au 24 mars (15h) 2024 25 avril (16h) au 28 avril 2024 (15h)

janvier avril mars ou avril





JANVIER MARS AVRIL 2024

DETOX, YOGA & SPA

Forfait:

tout inclus - 4 jours/3 nuits

- Chambre double, sdb individuelle:
 - Forfait 2 personnes : 480€/pers
 - o Forfait individuel: +180€
- Chambre individuelle , salle de bain partagée : 480€/pers
- Chambre triple partagée, salle de bain partagé : 390€/pers

Date : 25, 26, 27 et 28 janvier 2024

PHILOSOPHIE / B. Vergely

Forfait:

tout inclus (repas, conférences)
3 jours /2 nuits

- Chambre double, sdb individuelle
 - Forfait 2 personnes : 380€/pers
 - o Forfait individuel: +100€
- Chambre individuelle, salle de bain partagée : 380€/pers
- Chambre triple partagée, salle de bain partagée : 290€/pers
- Forfait <u>uniquement</u> le cycle philosophie : 90€

Date:

le vendredi 5 (18h) au 7 avril (16h) 2024

DETOX, YOGA & SPA

<u>Forfait:</u>

tout inclus - 4 jours/3 nuits

- Chambre double, sdb individuelle:
 - Forfait 2 personnes : 480€/pers
 - Forfait individuel: +180€.
- Chambre individuelle , salle de bain partagée: 480€/pers
- Chambre triple partagée, salle de bain partagée : 390€/pers

Date:

jeudi 21 (16h)au 24 mars (15h)2024 25 avril (16h) au 28 avril 2024 (15h)

janvier avril mars ou avril



LA PUISSANCE DE L'ÂME



Philosophie

Bertrand Vergely nous invite à redécouvrir le pouvoir de l'âme, ce principe dynamique essentiel à nos existences qui donne vie à notre sensibilité et notre intériorité. Ce principe vital qui peut vite être balayée par nos émotions et les excès d'une tendance marchande et utilitariste. La philosophie, accompagnée de ses pratiques (concentration, attention, imagination...) et des valeurs qu'elle cultive, vient au secours de l'âme non seulement pour la libérer mais aussi pour la faire grandir.

Avec flamme et ardeur, Vergely porte un regard passionné et passionnant sur l'âme, « cet étrange étranger, plus intime à nous-mêmes que nous-mêmes », comme l'affirmait Saint Augustin.

Cette dimension mystérieuse et secrète en nous, Bertrand Vergely l'éclaire par une exploration précise de tout ce qui met notre âme en danger, avant de révéler tout ce qui permet de la libérer, en commençant par une réflexion puissante sur nos émotions, celles qui tuent et celles qui sauvent. La libération de notre âme est possible par la voie du cœur chère à François Cheng souvent cite par Bertrand Vergely. Cette voie du cœur est une aventure qui nous ouvre vers un regard émerveillé sur la beauté de l'âme et la vie qui nous traverse autant que nous la traversons.

PHILOSOPHIE ET MONTAGNE

animé par le philosophe Bertrand Vergely

du vendredi 5 (18h) au 7 avril (16h) 2024

https://my.weezevent.com/la-puissance-de-lame



https://my.weezevent.com/la-puissance-de-l-amereglement-sur-place



Forfait uniquement le cycle philosophie : 90€

samedi matin 9h00-12h00 samedi après midi 15h00-18h00 dimanche 9h00-12h00 dimanche après midi 14h00-16h00



JUIN ET AOUT 2024

RARE: séjours de 7 nuits!

JEUNE & SPA 1 LA LIBERTE

Programme:

- Jeune
- Yoga & Qi Qong
- Méditation & bains sonores
- Raquette & randonnée
- Soins du corps (Massage, Spa, Sauna, Hammam, Jacuzzi)
- Ateliers découvertes sur le thème de la santé au naturel (Plantes, aromathérapie,...)

Date : 9 au 16 juin 2024

JEUNE ET SPA 2 LA VITALITE

Programme:

- Jeune
- Yoga & Qi Qong
- Méditation & bains sonores
- Raquette & randonnée
- Soins du corps (Massage, Spa, Sauna, Hammam, Jacuzzi)
- Ateliers découvertes sur le thème de la santé au naturel (Plantes, aromathérapie,...)

Date: 18 au 24 aout 2024





juin

aout





JUIN ET AOUT 2024

RARE: séjours de 7 nuits!

JEUNE & SPA 1 LA LIBERTE

Forfait: tout inclus - 8 jours/7 nuits

- Chambre double, sdb individuelle :
 - Forfait 2 personnes : 990€/pers
 - o Forfait individuel: +180€
- Chambre individuelle , salle de bain partagée : 950€/pers
- Chambre triple partagée (si 3 pers.), salle de bain partagée : 800€/pers

Date : 9 au 16 juin 2024

JEUNE ET SPA 2 LA VITALITE

Forfait: tout inclus - 8 jours/7 nuits

- Chambre double, sdb individuelle:
 - Forfait 2 personnes : 990€/pers
 - o Forfait individuel: +180€
- Chambre individuelle , salle de bain partagée : 950€/pers
- Chambre triple partagée (si 3 pers) , salle de bain partagée: 800€/pers

Date: 18 au 25 aout 2024





juin

aout





PROGRAMME OCT NOV DEC 2024

DETOX, YOGA & SPA

Programme:

- Yoga & Qi Qong
- Méditation & bains sonores
- Raquette & randonnée
- Soins du corps (Massage, Spa, Sauna, Hammam, Jacuzzi)
- Cuisine bio & ayurvédique
- Ateliers découvertes sur le thème de la santé au naturel (Plantes, aromathérapie,...)

Date: 17 18 19 20 octobre 2024

DETOX, YOGA & SPA

Programme:

- Yoga & Qi Qong
- Méditation & bains sonores
- Raquette & randonnée
- Soins du corps (Massage, Spa, Sauna, Hammam, Jacuzzi)
- Cuisine bio & ayurvédique
- Ateliers découvertes sur le thème de la santé au naturel (Plantes, aromathérapie,...)

novembre 28 nov. (16h) au 1 déc. (15h) 2024









OCT NOV DEC 2024

DETOX, YOGA & SPA

Forfait: tout inclus - 4 jours/3 nuits

- Chambre double, sdb individuelle:
 - Forfait 2 personnes : 480€/pers
 - o Forfait individuel: +180€
- Chambre individuelle , salle de bain partagé : 480€/pers
- Chambre triple partagée, salle de bain partagée : 390€/pers

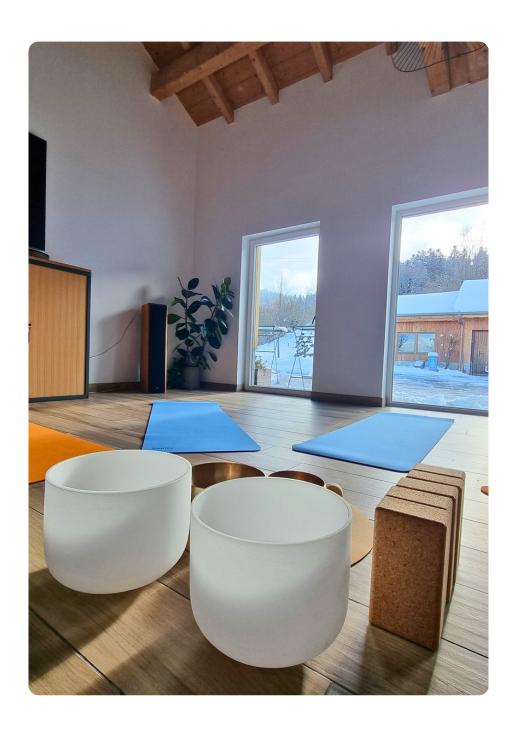
Date: 17 (16h) 18 19 20 (15h) octobre 2024

DETOX, YOGA & SPA Premières neiges

Forfait: tout inclus - 4 jours/3 nuits

- Chambre double, sdb individuelle:
 - Forfait 2 personnes : 480€/pers
 - o Forfait individuel: +180€
- Chambre individuelle , salle de bain partagé : 480€/pers
- Chambre triple partagée, salle de bain partagée : 390€/pers

Date : 28 nov. (16h) au 1 déc. (15h) 2024







LES SÉJOURS AUTONOMES





A LA CARTE

<u>séjour en autonomie,</u> <u>idéal pour se ressourcer</u>

réservation sur

- www.terejo.fr
- 06 88 05 87 79
- Accès à l'espace Spa, Sauna, Hammam, Jacuzzi)
- Accès à la cuisine et l'appartement partagés avec la vue sur les montagnes
- remise de 20 % pour 2 nuits et plus avec le code "2nuitsetplus"





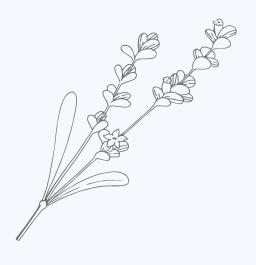


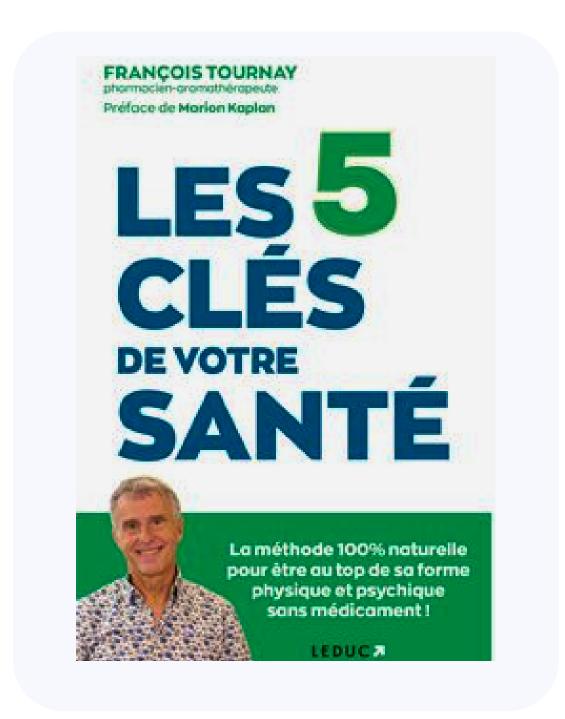


LES ENTRETIENS AVEC FRANCOIS TOURNAY

70 euros pour 1 heure

- docteur en pharmacie,
- titulaire d'une pharmacie d'officine spécialisée en santé naturelle pendant 30 ans
- Expert Santé sur France Bleu Lorraine
- Enseignant en aromathérapie au diplôme universitaire de la Faculté de Pharmacie de Nancy.
- Visio ou au Chalet Terejo







SPA & BAINS

ESPACE DE SOINS, SAUNA, HAMMAM ET SPA DÉDIÉ À LA PURIFICATION DU CORPS.

- 150 m2 extérieurs de terrasses avec vue sur la montagne vosgienne dont **2 spas extérieurs**.
- 200 m2 intérieurs avec 1 grand sauna , 1 grand hammam, 1 salle de massage, 1 salle de quiétude, et une salle de yoga.













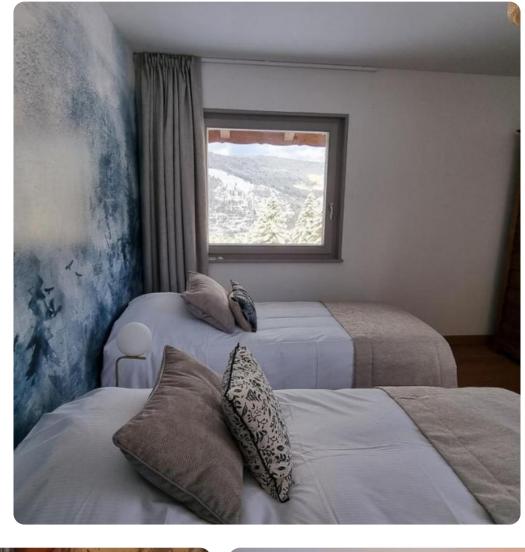
LES CHAMBRES

UN GRAND CONFORT ET UNE VUE MAGNIFIQUE SUR LA MONTAGNE POUR TOUTES LES CHAMBRES.

- chambres doubles et individuelles avec salle de bain et toilettes individuelles.
- chambres doubles et individuelles avec sanitaires partagés.
- Une cuisine partagée avec un réfrigérateur individuel.
- Un espace salon partagé.











Ventron, la montagne inspirée

L'ermitage du Frère Joseph:

"Une impulsion céleste a vraisemblablement conduit le vénérable Frère Joseph au-dessus de Ventron, à plus de 1.000 mètres d'altitude, pour établir son ermitage.

Sans nul doute a-t-il été guidé par une main divine en ces lieux extrêmement bénéfiques, selon la loi de résonance et d'attraction des semblables. "

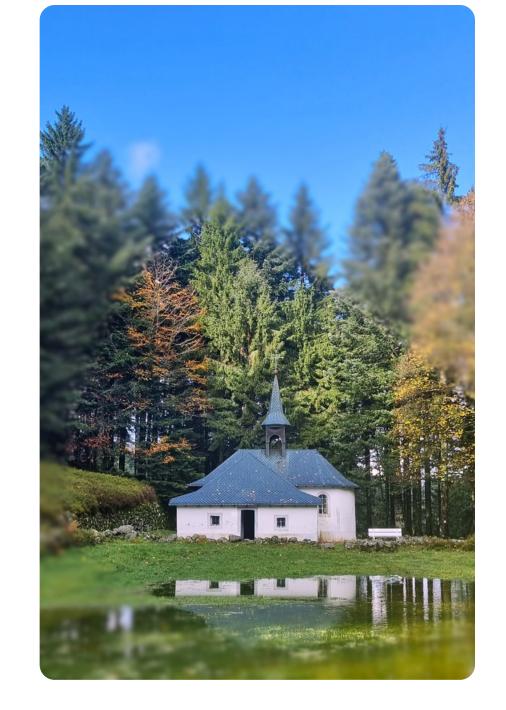
(extrait livre : Adolphe Landspurg - Hauts-lieux d'énergie)

L'onde de vie des alentours de la chapelle est tout à fait exceptionnelle.

La prière et la dévotion de l'ermite ont tellement imprégné le lieu que les vibrations de base ont été modifiées au point d'en élever son potentiel énergétique.

C'est ici qu'il faut venir se promener, en été, pour trouver une réponse à la lancinante et parfois douloureuse question:

«Quel est le sens de ma vie?»









- 1990 : docteur en pharmacie
- 1991 à 2021 : Titulaire d'une pharmacie spécialisée en phyto- Aroma.
- Depuis 2010 : Conférencier international en Phytothérapie
- Depuis 2012 : Expert en santé naturelle sur France Bleu lorraine
- Depuis 2014 : Enseignant en aromathérapie au Diplôme Universitaire de Phyto-Aromathérapie à l' Université de Nancy Lorraine.
- Depuis 2015 : Coaching santé, bien-être et nutrition
- Aujourd'hui : Création de TEREJO. un lieu pour se ressourcer, corps & esprit.
- 2024 : Sortie du livre "les cinq clés de votre santé "



Et pour vos repas : Céline, passionnée pour la cuisine ayurvédique. Elle crée des plats savoureux, sains et bio. www.ce-l-ayurveda.fr/celine





0000

