



## Hildegarde de Bingen

Le 12ème siècle rencontre le 21ème

### 24 et 25 AVRIL



De 9h à 18h

Présentation micronutrition  
Biographie Hildegarde  
Œuvres d'Hildegarde  
Place de l'être humain dans l'univers  
Santé et maladie selon H. de B.  
L'âme-4 éléments-35 vertus  
La science : Philippe Guillemant, Gregg Braden, Bruce Lipton,  
Patrick Drouot...

**Lysbelle Maella, thérapie de la Joie**  
Micronutritionniste

Phytothérapie : Hildegarde de Bingen  
Cohérence cœur-cerveau : Gregg Braden

La digestion selon Hildegarde de Bingen  
Spécificités : odeurs, protection, concentration  
Petit épeautre ou engrain (*Triticum monococcum*)

**Le pain**  
**Le fenouil, roi des légumes**  
**Châtaignes**  
**Coings**  
**Galanga**  
**Pyrèthre**  
**Légumes, Fruits.**  
**Les poissons, les viandes**  
**Beurre, fromages, œufs**  
**Sucres, miel**

**Muscade, Cannelle, Girofle,**  
**Cumin**  
**Lavande, Armoise, Psyllium,**  
**Hysope, Serpolet.**  
**Les aliments de la tristesse**  
**Infusions**  
**Jus de fruits**  
**Boissons : alcool, eau, lait**  
**Les plantes et épices de la joie**

250€ le Week end (collation et repas Hildegarde inclus)  
CB et chèques non admis.

Plus d'info : [mlysabelle@gmail.com](mailto:mlysabelle@gmail.com)