





Séminaire sur l'Ayurvéda et l'art de vivre sainement

Samedi 28 novembre 2026, de 9 h 00 à 12 h 30

Êtes-vous curieux de découvrir comment l'Ayurvéda peut vous aider à atteindre un poids santé, à stimuler votre énergie et à améliorer votre clarté mentale ?

Vous demandez-vous pourquoi certains aliments sont difficiles à digérer pour votre organisme ?

Êtes-vous prêt à adopter des rituels quotidiens pratiques pour vous sentir plus équilibré et rayonnant en 2026 ?

Rejoignez-moi pour un séminaire complet sur la manière de retrouver équilibre et vitalité.

Le programme :

-Découverte des principes ayurvédiques et des doshas

-Comment équilibrer et régénérer votre corps

-Les aliments néfastes pour notre vitalité

-Une routine ayurvédique pour favoriser l'équilibre du corps au quotidien



Avec Bita Bitajian avec vous Dupuis 2005
Transformation Ayurvedic Center

Pour plus d'infos ou inscrit :
Appelez ou envoyez un-SMS au : (450) 671-8508
courriel : ayurveda.bita@gmail.com