

# EXUVIE FORMATIONS

Catalogue juillet 2024





FONDATEUR



## FABIEN MOINE

Président et fondateur d'Exuvie, Fabien est animé par l'envie de transmettre des informations sur des thématiques qui lui tiennent à cœur : la santé, l'environnement, l'histoire, la sociologie, l'art...

Il conçoit Exuvie comme un laboratoire, un lieu de convergences et de rencontres pour les personnes désirant transformer positivement le monde dans lequel nous évoluons.

Il aime mettre en avant des auteurs et des réalisateurs pour partager leur travail au public, que ce soit lors de conférences, de salons, d'ateliers, ou à travers les formations présentées ici.



## MASTERCLASS

### LES FONDAMENTAUX DE L'HYGIÉNISME

*Alimentation - Détox - Jeûne - Respiration - Repos - Activité Physique*

Intervenant : **FABIEN MOINE**

10 h pour reprendre votre santé en main de manière globale, vous fournir du savoir et des outils pratiques pour améliorer votre santé et votre bien-être au quotidien.

Cette masterclass est conçue pour ceux qui veulent adopter un mode de vie plus sain en comprenant mieux le fonctionnement de leur corps.

- ▶ 10h de contenus en 35 vidéos.
- ▶ Masterclass en immersion.
- ▶ PDFs téléchargeables + MP3

135 €

Rendez-vous sur notre site [exuvie.fr/formations](https://exuvie.fr/formations)



## FORMATION

### RÉUSSIR SON JEÛNE EN TOUTE SÉCURITÉ

*De la descente à la reprise alimentaire*

Intervenant : **FABIEN MOINE**

Fabien Moine vous invite à découvrir l'univers du jeûne à travers une formation qui met l'accent sur deux aspects trop négligés : la préparation et la reprise d'un jeûne avec les aspects nutritionnels, psychologiques et émotionnels qui les concernent.

La préparation et la reprise sont deux moments clés pour la réussite, l'efficacité, la sécurité et la qualité de vécu d'un jeûne.

- ▶ 49 vidéos
- ▶ 15 recettes téléchargeables
- ▶ MP3 disponibles

199 €

Rendez-vous sur notre site [exuvie.fr/formations](https://exuvie.fr/formations)





## MASTERCLASS

### LA RESPIRATION

*Comment dépasser le stress et l'épuisement*

Intervenants : PIERRE DUFRAISSE, FABIEN MOINE, LEONARDO PELAGOTTI

Cette masterclass à trois voix vous invite à explorer la puissance de la respiration, un mouvement fondamental pour l'expression de la pleine santé.

Face aux défis quotidiens, tant sur le plan physique qu'émotionnel, cette masterclass vous propose des outils pratiques et accessibles pour intégrer l'art de la respiration dans chaque moment de votre vie.

- ▶ 6 exercices choisis par nos experts.
- ▶ Retrouvez l'équilibre et régulez vos émotions.
- ▶ Gérez votre stress avec simplicité et efficacité.

99 €

Rendez-vous sur notre site [exuvie.fr/formations](https://exuvie.fr/formations)



## FORMATION

### BIORESPIRE

*La clé de votre santé est dans votre souffle*

Intervenant : FABIEN MOINE

Apprenez dès maintenant, depuis chez vous, à gérer votre acidose et libérer vos émotions par une technique de respiration simple et naturelle.

Vous exercez en tant que professionnel de santé, en activité ou en formation, ou vous êtes simplement passionné de santé intégrative, cette formation est pour vous !

- ▶ 26 vidéos
- ▶ PDFs téléchargeables
- ▶ MP3 disponibles

150 €

Rendez-vous sur notre site [exuvie.fr/formations](https://exuvie.fr/formations)



L'EQUILIBRE ACIDO-BASIQUE - CAUSERIE DE DESIRE MERIEN, 16/10/2018



COFFRET

## HOMÉOPATHIE FAMILIALE

Formation - Masterclass - Livre - Streaming

Intervenants : AURÉLIE COLIN, PR MARC HENRY,  
JEAN-PIERRE RADAD AOUN

Avez-vous déjà pensé que vous pourriez prendre soin par vous-même de toute votre famille, en ayant une bonne maîtrise de l'homéopathie ?

Naturelle, simple d'utilisation et peu coûteuse, cette approche de la santé pourrait bien devenir votre clé indispensable pour prendre soin de toute votre tribu .



- ▶ 38 vidéos
- ▶ PDFs téléchargeables
- ▶ MP3 disponibles
- ▶ Des quiz en ligne pour tester ludiquement vos acquis
- ▶ Le livre *Science, homéopathie et physique des hautes dilutions*, de J.-P. Radad Aoun et Pr M. Henry
- ▶ Le documentaire *La science de l'homéopathie* de J.-P. Radad Aoun

199 €

Rendez-vous sur notre site [exuvie.fr/formations](http://exuvie.fr/formations)

RETROUVEZ-NOUS



Exuvie TV



Exuvie éditions - Fabien Moine



Editions Exuvie



@editions\_exuvie



@EExuvie



Éditions Exuvie - Fabien Moine



exuvie.fr

NOUS CONTACTER

Éditions Exuvie  
1 rue des Aigeottes  
39290 Thervay  
commandes@exuvie.fr  
06 82 47 20 51