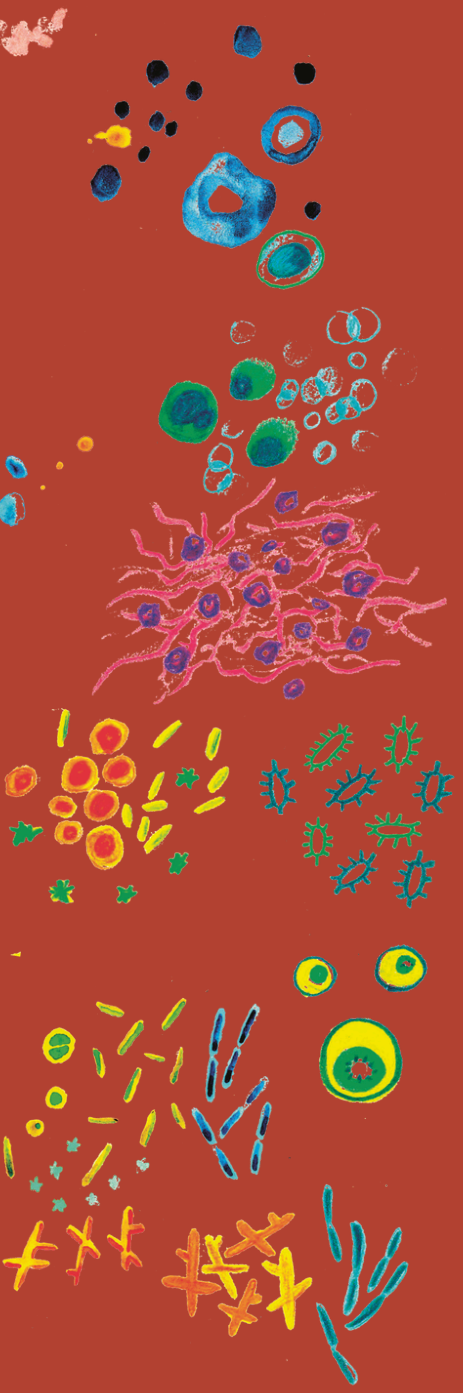
L'AUTHENTIQUE VITALISEUR DE MARION • DEPUIS 1985 •

MASTER CLASS

14 & 15
nov. 26



PRISE DE SANG#2



Des MasterClass

130 personnes à l'écoute de
spécialistes dans leur domaine

Une cuisine

Dédiée à une alimentation saine,
vivante et qui rassemble

Des expert.e.s

Pour redéfinir les contours
de notre présent

Une révolution

De nos pratiques
quotidiennes et professionnelles

Des expériences

Rencontres, ateliers, témoignages,
pour avoir le corps et l'esprit en union

Une communauté

Réunie autour du mieux-être
et de valeurs partagées

Hormones & préjugés
L'invitation de Marion Kaplan

Programmés par nos gènes, régulés par nos hormones, déterminés par le contexte dans lequel nous baignons, que reste-t-il de notre liberté face à ces mécanismes de pointe ?

Si nous ne pouvons pas vraiment choisir ce que nous sommes, au moins sommes-nous responsables de ce que nous en faisons.

Apprendre ce qui nous détermine, c'est le premier pas vers une biologie de l'équilibre, une science de l'adaptation.

Les 14 et 15 novembre 2026, à Toulon, rendez-vous pour un week-end passionnant au cœur du grand orchestre hormonal.

Avec
Marion Kaplan, naturopathe fonctionnelle ;
Michel Mouly, gynécologue ;
Marie-Pierre Moisan, directrice de recherche en neuroendocrinologie ;
Eduard Van Den Bogaert, homéopathe ;
Véronique Di Costanzo, médecin endocrinologue et diabétologue ;
Patrick Véret, médecin nutritionniste et psychosomaticien ;
Bérengère Arnal, gynécologue et phytothérapeute ;
Georges Vieilledent, ingénieur du son ;
Liv Brunet, réalisateur.

Nos partenaires
Le laboratoire INOVIE
SKÜMA Water


samedi
14 nov.

Véronique Di Costanzo



médecin
endocrinologue
et diabétologue

Hormones, quand tu nous tiens !

Nos hormones sont des messagers chimiques produits par les glandes endocrines (hypophyse, thyroïde, pancréas, surrénales..) et libérés dans le sang pour agir à distance sur des organes cibles. Elles régulent la croissance et le développement de l'organisme, la reproduction, contrôlent le métabolisme et la production d'énergie, participent au maintien de l'équilibre interne du corps et à la réponse au stress.

Elles influencent légalement notre humeur, nos émotions, notre sommeil et de nombreuses fonctions cérébrales. Leur action coordonnée est indispensable au bon fonctionnement de l'ensemble de l'organisme. Sans elles, pas de vie possible. Mais sommes-nous sous leur emprise ou pouvons-nous les contrôler ? Et si le secret se trouvait aussi dans notre mode de vie ?

MasterClass

9h > 10h15

Marion Kaplan



naturopathe
fonctionnelle

Et si vos hormones n'étaient pas le problème ? Marion Kaplan, vous emmène au coeur du concept de flexibilité métabolique, la capacité de votre organisme à basculer efficacement entre glucose et graisses comme carburant.

Vous allez comprendre pourquoi l'insuline est souvent le véritable chef d'orchestre silencieux de vos déséquilibres hormonaux, comment le jeûne peut devenir un allié, à condition d'être adapté à votre cycle et votre constitution, pourquoi votre muscle est un organe hormonal à part entière, et comment déconstruire, avec rigueur scientifique, les préjugés qui pèsent encore sur les femmes en matière de poids et de santé.

Reprendre
le pouvoir sur
sa santé avec
la flexibilité
métabolique

MasterClass

10h45 > 12h

Eduard Van Den Bogaert



médecin
homéopathe

La fonction de la symbolique est de remettre ensemble le traumatisme refoulé dans l'inconscient et la pathologie hormonale existante, afin de pouvoir en faire le deuil.

Je me baserai sur le remarquable dessin animé Kirikou et la sorcière (Michel Ocelot), que je conseille vivement de visionner avant notre rendez-vous, qui illustrera mon propos grâce aux nombreuses problématiques hormonales que développent les différents personnages de ce dessin animé.

Décryptage symbolique du système hormonal

MasterClass

14h30 > 15h45

Bérengère Arnal



gynécologue et
phytothérapeute

Les effets connus et méconnus de la prise d'une contraception œstroprogestative sur la santé

Il y a ceux que l'on connaît et que l'on craint depuis longtemps, tels que le cancer du sein et les pathologies cardiovasculaires (phlébite, embolie pulmonaire, infarctus du myocarde, accident vasculaire cérébral...).

Mais saviez-vous que la carence qui se constitue au long cours, en minéraux, vitamines, molécules diverses et antioxydantes n'est pas sans conséquence sur la santé des femmes, celle des cellules et de ses organites ?

Elle touche jusqu'à la mitochondrie, au cœur même de la cellule.

Voyons ensemble quelle contraception sans danger adopter pour la jeune fille, la jeune femme, la femme de la quarantaine, et celle en préménopause.

MasterClass

16h15 > 17h15

Patrick Véret



médecin nutritionniste
et psychosomaticien

Les bienfaits de la Nutripuncture sur l'endométriose

La Nutripuncture est une méthode informationnelle permettant d'identifier l'origine d'un problème et de renforcer l'équilibre nutritionnel des courants vitaux impliqués dans le déséquilibre à travers des synergies de minéraux microdosés, totalement biocompatibles.

L'étude de terrain favorable à l'endométriose a montré une diminution des douleurs dans 66% des cas à la fin du premier mois de traitement par la Nutripuncture.

L'auto régulation cellulaire physiologique de l'organisme est au cœur nos recherches, dont les applications dans le bien-être individuel, au niveau physique, psychique et émotionnel, sont très étendues. C'est un nouveau paradigme permettant de stimuler le potentiel vital individuel, et restaurer la vitalité globale sans forcément « combattre » le symptôme.

MasterClass

17h30 > 18h30


dimanche
15 nov.

Michel Mouly



gynécologue
et cancérologue

Accompagner un vieillissement fonctionnel en bonne santé

Le docteur Michel Mouly propose une lecture moderne de la santé hormonale chez la femme et chez l'homme, en montrant que les hormones sexuelles agissent bien au-delà de la reproduction, sur le cerveau, le cœur, l'os, le muscle et le métabolisme.

La trajectoire hormonale permet de comprendre la déficience œstrogénique liée à l'âge chez la femme et le déficit androgénique lié à l'âge chez l'homme.

Des bilans cliniques, biologiques et d'imagerie utiles avant toute décision thérapeutique, aux principes de traitement, de personnalisation, de chronobiologie et de surveillance, cette conférence a pour fil conducteur la compréhension de la biologie individuelle.

Des situations particulières seront aussi discutées : après 60 ans, après cancer du sein, et dans certains contextes après cancer de la prostate.

MasterClass

9h > 10h15

Marie-Pierre Moisan



chercheure en
neuroendocrinologie

Les travaux de Marie-Pierre Moisan, directrice de recherche à l'INRAE, ont principalement porté sur la régulation du cortisol, ses actions dans le cerveau, la génétique des réponses de stress, et plus récemment sur les interactions entre alimentation et stress.

Nous l'invitons pour une présentation détaillée du cortisol : comment est produite cette hormone, sa régulation, ses rôles principaux dans l'organisme, les pathologies qui en découlent (notamment le syndrome de Cushing et l'insuffisance surrénalienne), et ses interactions avec le stress. Marie-Pierre Moisan nous expliquera aussi pourquoi il est inutile de se faire doser le cortisol, ni même de s'en préoccuper !

La vérité sur le cortisol

MasterClass

10h45 > 12h

En cuisine avec...
Les spécialistes du Vitaliseur

Durant la pause méridienne, assistez à des démonstrations culinaires en lien avec le sujet qui nous rassemble ce week-end.

Avec Jennifer Martin, découvrez ou potentialisez votre usage du Vitaliseur, afin de mettre votre cuisine et votre cuisson au service de votre santé quotidienne.

Et ce n'est pas tout !
Rencontrez l'équipe du Vitaliseur, dégustez un café gras, découvrez nos accessoires, posez toutes vos questions...

C'est un événement de partage, profitez-en !

Georges Vieilledent



ingénieur
du son

À la découverte des fréquences thérapeutiques

Et si votre corps était une ville ultra-connectée, où deux systèmes secrets dialoguent en permanence pour vous faire vivre, aimer, stresser... Et parfois tomber malade ?

Votre cœur s'emballe avant un examen ? Cela vient d'un duo électrique ET hormonal.
Cette envie soudaine de manger un cookie ? Une alchimie chimique entre neurones et glandes.
Votre "coup de foudre" ? Une tempête d'hormones qui réécrit vos circuits cérébraux.
La science vient de percer le code secret de ce dialogue... Et ça va tout changer en médecine !

Nous en parlerons avec les ondes, qui peuvent accélérer ces processus.

MasterClass

14h30 > 15h45

Liv Brunet



réalisateur et
accompagnant

Nos hormones ont-elles le dernier mot ?

Entre biologie et pensée, où commence notre liberté ?

Je ne suis pas endocrinologue. Mon principal titre de compétence en matière d'hormones est d'en posséder depuis soixante-six ans — apparemment avec une certaine continuité.

Les autres intervenants vous expliqueront admirablement ce qu'elles font. Moi, je voudrais explorer le pouvoir que nous leur donnons de nous dire qui nous sommes.

Entre une accélération du cœur et la pensée « quelque chose ne va pas », que s'est-il passé ? Selon l'histoire que je me raconte, deux options : « Je suis en danger, je ne vais pas y arriver » ou « Mon corps mobilise de l'énergie pour m'aider ».

La sensation est réelle dans les deux cas. Mais le film vécu n'est pas le même. Qu'est-ce que cela change ? Voilà ce que je vous propose d'explorer avec moi.

MasterClass

16h > 17h

Prise de sang ?

Nos partenaires seront présents pour vous renseigner, vous conseiller, et aussi décrypter certaines de vos analyses !
Bénéficiez de micro consultations durant tout le week-end.

LE LABORATOIRE INOVIE VOUS DONNE RENDEZ-VOUS

À l'occasion de Prise de Sang #2 : Hormones & Préjugés, le secteur de biologie préventive du laboratoire Inovie viendra à la rencontre des participants pour échanger autour d'un sujet au cœur de la santé fonctionnelle : mieux comprendre son système hormonal et les interactions avec notre environnement, notre alimentation, notre mode de vie et notre santé globale, afin d'agir plus tôt, plus précisément et de façon personnalisée.

L'équipe présentera comment certains biomarqueurs peuvent apporter un éclairage complémentaire sur les grands thèmes qui seront abordés pendant le week-end : nutrition, métabolisme, inflammation, équilibre cellulaire, stress oxydatif et prévention santé.

Pour préparer leur venue, les participants peuvent réaliser en amont certains bilans biologiques disponibles dans les laboratoires Inovie :
• Le profil des acides gras érythrocytaires, qui permet d'évaluer

l'équilibre des acides gras au niveau cellulaire et d'apprécier notamment le statut en oméga-3, indispensables à une bonne fonction hormonale ;
• Le CAR (Cortisol Awakening Response), une évaluation de la réponse physiologique du cortisol au réveil. Ce bilan apporte des informations sur le fonctionnement de l'axe du stress (axe hypothalamo-hypophyso-surrénalien), l'adaptation de l'organisme aux contraintes du quotidien et la qualité de la dynamique énergétique matinale ;
• Le bilan MEDEIS, une évaluation approfondie de plusieurs paramètres biologiques impliqués dans le fonctionnement global de l'organisme.

Les participants pourront ensuite venir échanger avec les biologistes présents sur le stand afin de mieux comprendre leurs résultats, découvrir le rôle de la biologie préventive et faire le lien entre les données biologiques et les thématiques abordées par les intervenants tout au long du congrès. Une occasion unique de transformer des analyses biologiques en outils de compréhension et d'action au service de leur santé.

Pour trouver le laboratoire Inovie le plus proche de chez vous et vérifier la disponibilité de ces analyses, rendez-vous sur Inovie+Me.

Et dans l'assiette



Durant tout le week-end, vivez une expérience collective et partagez vos questions, vos rêves, vos valeurs.

En participant à cet événement, vous ferez partie d'une communauté réunie autour de l'alimentation, et du mieux-être.

Pour l'occasion, le lieu Le Telegraphe sera ouvert de part en part, afin de vous accueillir et vous donner accès à la cuisine telle que nous la pratiquons : cuisson vapeur douce, alimentation et émotions, préconisations, gourmandise et douceur seront de mise, pour vous nourrir 2 jours durant, et vous transmettre plusieurs années de recherche et de recettes.

Cet événement est porté par Le Telegraphe, une association à but non lucratif qui œuvre pour la résilience alimentaire, la recherche et la reliance. En prenant votre place sur HelloAsso, vous soutenez les actions que nous menons au quotidien.

BILLETTERIE

Tarif unique : 250€
Réservez votre place sur notre site internet :
shop.vitaliseurdemarion.fr

OÙ & QUAND ?

Samedi 14 et dimanche 15 novembre à Toulon (83)
Le Telegraphe - 2 rue Hippolyte Duprat

Accessibilité : 500 m à pied de la gare de Toulon
30 min en voiture, bus ou navette de l'aéroport Toulon-Hyères

Parkings à proximité :
Liberté, Peiresc, Place d'Armes, La Gare, Mayol

HÉBERGEMENTS

Hôtels partenaires à proximité

- Hôtel Amirauté (3★) - 4 rue Adolphe Guiol - 04 94 22 19 67
  Tarif réduit avec le code : 433336
- Hôtel OKKO Toulon Centre (4★) - 20 rue Peiresc - 04 94 10 77 40
  Tarif réduit avec le code : OKKOGRAPHE26D
- Hôtel L'Eautel Toulon Port (4★) - 15 Rue Victor Micholet - 04 89 51 90 90
  Tarif réduit avec le code : TELEGRAPHE26

L'AUTHENTIQUE VITALISEUR DE MARION · DEPUIS 1985 ·

INFORMATIONS PRATIQUES

PRISE DE SANG,
UN TRYPTIQUE
DE RENCONTRES
DÉDIÉ À LA
MICRONUTRITION