

Votre COFFRET JEÛNE pour la maison

Garni de tout ce dont vous aurez besoin pour jeûner entre vos quatre murs, notre COFFRET JEÛNE peut vous aider à (re)mettre votre corps et votre l'esprit en phase, à refaire le plein d'énergie et à vous ressourcer pour mieux gérer votre quotidien. Si le COFFRET JEÛNE intègre certains éléments de notre programme de jeûne éprouvé, il a été spécialement conçu pour répondre aux exigences d'un jeûne suivi à domicile.

Soir

1 gélule de **Fasting Minerals Transition Soup** + 1 càs d'huile

Extra

2 càs d'**Herbal Essence**, tisane, miel (au besoin) + 2 x 1 càc de **Soup Essence** dans 200 ml d'eau

Soir

1 gélule de **Fasting Minerals Fasting Soup** + 30 g **purée de pois chiches** + 2,5 càs d'huile

Extra

3 càs d'**Herbal Essence**, tisane, miel (au besoin) + 2 x 1 càc de **Soup Essence** dans 200 ml d'eau

Soir

1 gélule de **Fasting Minerals Restart Soup** + 1,5 càs d'huile

Extra

2 càs d'**Herbal Essence**, tisane, miel (au besoin) + 2 x 1 càc de **Soup Essence** dans 200 ml d'eau

5 jours de jeûne à domicile en coffret et à prix doux : 199 €

Commandez votre COFFRET JEÛNE dans les 3 prochains mois sur notre Boutique en ligne et bénéficiez d'une remise sur votre panier.

24 pièces d'un seul coup d'œil :

sélectionnés sur le volet, produits et ingrédients sont tous régionaux, durables et certifiés bio.

2x Transition Soup	6x Fasting Soup	Restart Soup
Purée de pois chiches	Compote de pommes	Concentré de légumes
Mètre ruban	2x Tisane	Passoire à thé
Miel	Huile de lin	Huile de lin citron
Extrait botanique	Minéraux du jeûne	2x Noix de cajou

Envie d'en savoir plus sur le COFFRET JEÛNE ?

www.buchinger-wilhelmi-shop.com/fr

06/2025

Élargissez votre expérience du jeûne avec notre COFFRET JEÛNE



BUCH/NGER
W/LHELM



JOUR 1 | TRANSITION
env. 668 kcal / jour

Matin

1 gélule de **Fasting Minerals**, tisane
150 g **yaourt** (1,5 %) + 1 càs d'huile + 1 x noix de cajou

Midi

1 gélule de **Fasting Minerals Transition Soup** + 1 càs d'huile

JOURS 2-4 | FASTING
env. 668 kcal / jour

Matin

1 gélule de **Fasting Minerals**, tisane

Midi

1 gélule de **Fasting Minerals Fasting Soup** + 30 g de **purée de pois chiches** + 2,5 càs d'huile

JOUR 5 | RESTART
env. 668 kcal / jour

Matin

1 gélule de **Fasting Minerals**, tisane

Midi

1 gélule de **Fasting Minerals**, **Apple Puree** + 2 càs d'huile + 1 x noix de cajou

COFFRET JEÛNE DE 5 JOURS : notre expertise au service de votre santé

- Programme de jeûne de 5 jours à domicile
- Apport calorique journalier plus élevé que celui d'un jeûne en clinique pour permettre à notre clientèle de mieux gérer les multiples exigences du quotidien
- Passage du métabolisme en cétose (un des effets visés du jeûne), le coffret ne fournissant que 600 calories par jour
- Développé par les spécialistes du jeûne Buchinger Wilhelmi et intégrant les fruits de plus de 100 ans d'expertise en matière de jeûne
- Certification bio de tous les produits COFFRET JEÛNE

TOUT CE DONT VOUS AVEZ BESOIN POUR VOTRE EXPÉRIENCE DU JEÛNE À DOMICILE

- Du pur plaisir
- Intégration aisée au quotidien
- La simplicité avant tout !

Programme d'accompagnement COFFRET JEÛNE



Découvrez l'APPLI Jeûne

Assistance COFFRET JEÛNE
Toujours joignable par courriel, notre équipe traitera confidentiellement toutes vos requêtes avec le plus grand soin.

Guide d'utilisation
83 pages d'accompagnement quotidien vous indiquant pas à pas comment gérer haut la main et mettre à profit les 5 jours du programme, préparation et suivi compris.

Entraînements, études & recettes
Jour après jour, nous vous accompagnerons personnellement, par le biais de notre appli spécialement conçue à cet effet.

5-3 JOURS AVANT	JOUR 1	JOURS 2-4	JOUR 5	JOURS 6-9	JOURS 10-31
Préparation	Transition		Restart	Switchback	

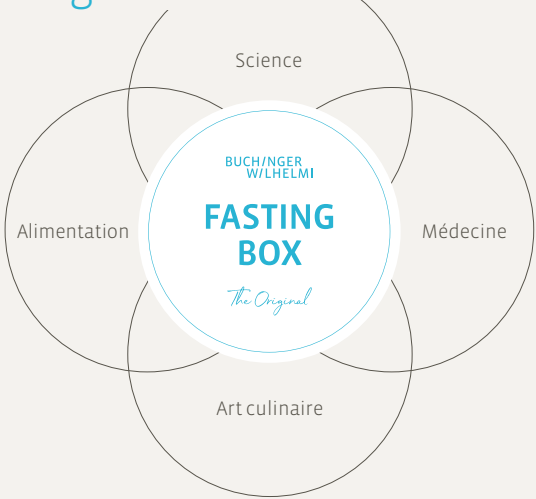
GUIDE D'UTILISATION (IMPRIMÉ)

- Conseils de préparation, accompagnement quotidien et suggestions de vidéos pertinentes pour J1-J6, recettes pour J6-J9
- Protocole COFFRET JEÛNE (documentation des mesures)
- Conseils, FAQ, etc.

APPLI (NUMÉRIQUE)

- Préparation 5 jours avant démarrage, accompagnement quotidien J1-J9
- Programme de régénération pour 21 jours
- Permet de soumettre des mesures quotidiennes et d'obtenir les conseils afférent
- Tableau de bord des données
- Recettes et tutoriels

Études COFFRET JEÛNE Buchinger Wilhelmi



Selon notre étude, les effets métaboliques du COFFRET JEÛNE Buchinger Wilhelmi sont comparables à ceux d'un jeûne de 5 jours.

64 SUJETS	ESSAI CONTRÔLÉ RANDOMISÉ
42 femmes	256 tests sanguins
22 hommes	1.269 échantillons sanguins stockés dans notre biobanque
	768 mesures du taux de cétonurie

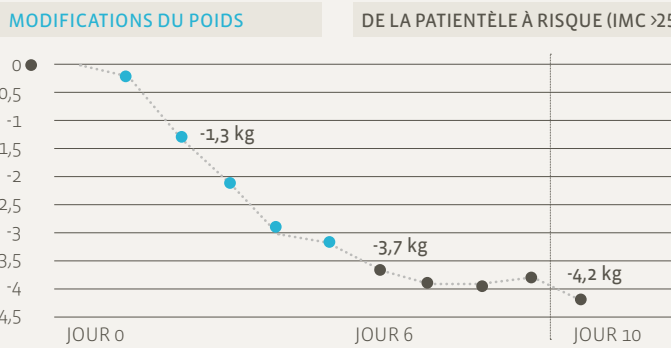
- Diminution des marqueurs inflammatoires
- Réduction de la masse corporelle
- Baisse de la tension artérielle
- Diminution du taux de cholestérol (normalisation métabolique)
- Augmentation du bien-être et de l'énergie
- Pas de faiblesse musculaire

Depuis plus d'un siècle, nous savons comment guider les gens pour faire de leur jeûne une belle expérience positive et heureuse, laquelle pourra même leur changer la vie.

Dre méd. Françoise Wilhelmi de Toledo

Évolution du poids pendant les jours de jeûne chez les sujets présentant un IMC >25

Grundler et al. 2024, MedRxiv 2024.11.01.24316348



Mention légale

Le COFFRET JEÛNE de Buchinger Wilhelmi a été conçu pour des adultes de plus de 18 ans qui ne présentent aucune affection sous-jacente. Il ne convient ni aux femmes enceintes ou allaitantes, ni aux personnes souffrant d'insuffisance pondérale, de troubles alimentaires ou d'addiction, ni aux enfants ou aux jeunes. Quiconque présentant une maladie sous-jacente (troubles métaboliques, hypertension, diabète, cancer, maladies

cardiaques, hépatiques ou rénales) ou prenant régulièrement des médicaments, ne devra jeûner que sous surveillance médicale. En cas d'apparition de symptômes inhabituels ou d'autres problèmes de santé en cours de jeûne, il est vivement recommandé de consulter un médecin sans délai. Buchinger Wilhelmi décline toute responsabilité pour les dommages sanitaires ou autres, résultant du non-respect de ces consignes ou d'une utilisation inappropriée du COFFRET JEÛNE.