



MADHAVI AYURVEDA

KERALA · INDE DU SUD

Cure ayurvédique authentique

*Une détoxification profonde du corps et de l'esprit,
dans un centre de soins traditionnel au cœur des
backwaters.*

SAISON SEPTEMBRE 2026 — AVRIL 2027

Bienvenue au Kerala

Madhavi Ayurveda est heureux de vous accueillir pour une cure ayurvédique dans le Kerala, en Inde du Sud.

Madhavi Ayurveda (ex Ayuryoga Academy) est une structure fondée en 2014 en Inde dont le but est de promouvoir la médecine ayurvédique traditionnelle.

Dans le cadre de ses activités, le centre accueille au Kerala toute personne désireuse de bénéficier d'une cure ayurvédique et / ou de se former à l'ayurveda, dans un cadre authentique et bienveillant.



9

CHAMBRES AU CŒUR DES
BACKWATERS



LA DESTINATION

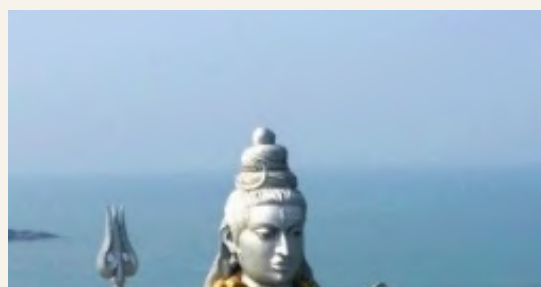
Le Kerala

Le Kerala est l'un des États les plus riches de l'Inde. Son nom signifie en malayalam, la langue principale du Sud : « *Terre des cocotiers* ».

Il possède une diversité de paysages vraiment attractifs et une nature plus que généreuse. Dans cet État cohabitent harmonieusement les différentes religions : dans une même ville se côtoient temple hindou, mosquée, église et synagogue, leurs croyants vivant dans une tolérance mutuelle affichée.

Le Kerala, ce sont aussi des plages splendides et l'eau transparente de la mer d'Arabie au Sud ; au centre, des plaines et collines verdoyantes dessinées par les plantations de thé ; à l'Est, les montagnes et vallées profondes des Ghats occidentaux, leurs denses forêts et leurs rivières.

La faune et la flore y sont d'une richesse rare — plantes, épices, arbres centenaires majestueux, léopards, éléphants, singes et une multitude d'oiseaux.



Françoise Barrios



*Psychologue clinicienne &
praticienne en médecine ayurvédique*

Parcours et formation

Praticienne franco-suisse, psychologue clinicienne de formation, Françoise Barrios s'est tournée — après plus de 20 ans au sein d'institutions psychiatriques genevoises — vers une approche holistique de la santé. Elle s'est formée en profondeur à la médecine ayurvédique traditionnelle en Inde, au Kerala, et est aussi enseignante de Hatha Yoga.

À Genève — Espace Thérapeutique Rousseau

Co-fondatrice, avec son mari Christophe Barrios, de l'Espace Thérapeutique Rousseau (29 rue J.J. Rousseau, Genève). Ouvert depuis 2007, cet espace multidisciplinaire propose psychothérapie, hypnothérapie, soins énergétiques, massages bien-être et, surtout, la médecine ayurvédique. Françoise y réalise des bilans ayurvédiques complets et accompagne chacun vers un mieux-être global.

Au Kerala — Madhavi Ayurveda

En 2014, elle fonde un centre de soins dans la région des backwaters. En 2023, le centre prend un nouvel essor avec l'association d'un couple de médecins et devient Madhavi Ayurveda — proposant des cures traditionnelles de Panchakarma dans un cadre authentique.

SA MISSION

Guider les personnes vers la santé grâce à l'Ayurveda, dans une vision holistique et authentique — en faisant le pont entre l'Occident (psychologie) et l'Orient (médecine traditionnelle indienne).

Dr Shamna & Dr Prajith

Le Dr Prajith et le Dr Shamna assument l'entière responsabilité du secteur médical du centre, tant pour les soins que pour l'enseignement et la formation. Tous deux originaires de la région de Kannur, issus d'une famille de médecins ayurvédiques, ils sont diplômés du Parassinikkadavu Ayurveda Medical College.



Dr Prajith

Médecin dans plusieurs dispensaires publics puis médecin-chef du célèbre centre Vythiri (Wayanad). Engagé dans le bénévolat, il offre des consultations dans les villages lors de campagnes de santé publique et supervise régulièrement les massothérapeutes. Il a appris directement auprès de son père, le Dr Ramdasan, avant même ses propres études.



Dr Shamna

Formée auprès de Vaidyamadam Cheriya Narayanan Nambhoothiri puis au CNS Ayurveda Research Center, elle s'est spécialisée en pédiatrie et gynécologie. Médecin-chef et enseignante au Centre Anjali de Kannur, c'est durant ses études que Françoise Barrios eut le privilège d'être son élève. Elle supervise personnellement la composition des repas ayurvédiques.

Très impliqués au centre Madhavi, ils y dirigent une équipe complète de thérapeutes en ayurveda, femmes et hommes.

L'Ayurveda

Médecine traditionnelle de l'Inde dont l'origine remonte à l'Antiquité, l'Ayurveda est une médecine holistique reconnue par l'OMS. Naturelle, à la fois préventive et curative, elle vise à soigner le malade et non la maladie : le médecin cherche avant tout les raisons du déséquilibre afin de soulager durablement les symptômes.

Elle regroupe la diététique, la phytothérapie, l'aromathérapie, les massages, le yoga, le chant, la respiration et la méditation.



Dhanvantari — dieu de l'Ayurveda

LES 5 ÉLÉMENTS & LES 3 DOSHAS

L'ayurveda se fonde sur les cinq éléments — l'air, l'éther, le feu, la terre et l'eau — et sur trois forces bioénergétiques vitales, les *doshas*. Ils maintiennent le corps en bonne santé ; déséquilibrés, ils deviennent responsables de la maladie.

Vata

AIR & ÉTHER

Le mouvement, le souffle, la circulation et le système nerveux.

Pitta

FEU & EAU

La transformation, la digestion, le métabolisme et la chaleur.

Kapha

TERRE & EAU

La structure, la stabilité, la cohésion et l'immunité du corps.

POUR ALLER PLUS LOIN

Ayurvédā, science de l'Autoguérison — Dr Vasant Lad, éd. Guy Trédaniel

La santé par l'ayurvédā — Dr David Frawley, éd. Turiya

Le livre de l'ayurvédā — Judith H. Morrison, éd. Le Courrier du Livre

Présentation de la cure

Une cure de désintoxication profonde du corps et de l'esprit, dont les bienfaits ne sont plus à démontrer : se purifier, éliminer les toxines, apaiser et expulser les doshas déséquilibrés.

C'est un processus intense qui demande à être totalement investi, physiquement et psychologiquement. La cure est prescrite et suivie par le médecin ayurvédique, qui décide des techniques corporelles, des médicaments naturels, des règles alimentaires et des restrictions d'activités — car elle exige beaucoup de calme et de repos.

Il s'agit d'une cure médicale, et non de détente : les soins incluent des procédés de lavements et de purges afin de nettoyer en profondeur le tube digestif, siège de la maladie. C'est une expérience profonde, pour qui laisse ses repères occidentaux de côté et s'ouvre à cette médecine ancestrale et sacrée.

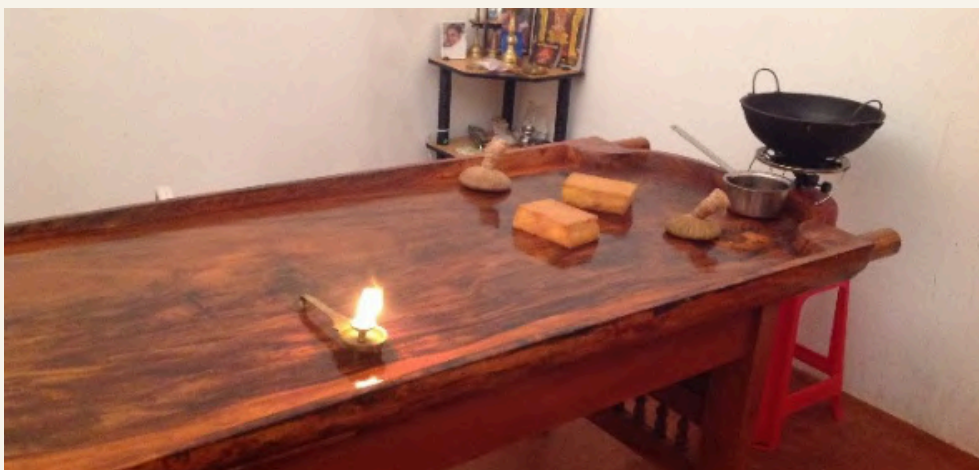


Table de massage en bois pour l'Abhyanga, le massage ayurvédique à l'huile chaude

Journée type

7h00

Pratique de Yoga

Asanas, Pranayama

8h30

Petit-déjeuner

9h30

Consultations & traitements

Jusqu'à 12h

13h00

Repas

14h30

Traitements & repos

Jusqu'à 16h

17h00

Temps libre

19h00

Dîner



Traitement Shiro Dhara

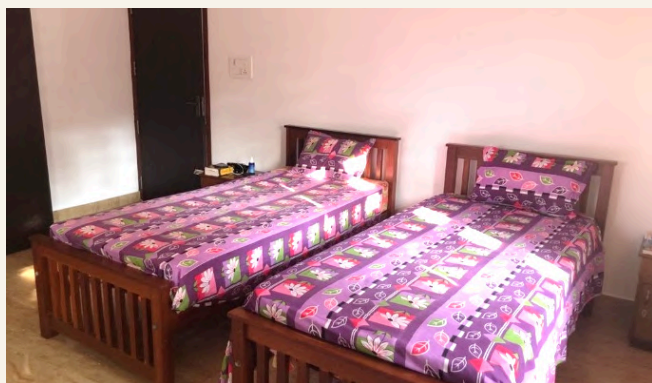
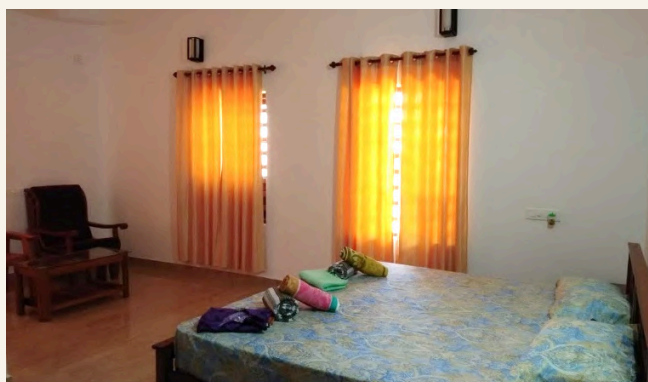
*Des journées rythmées par le soin, le
yoga et le repos — pour une
régénération profonde.*

LE CENTRE

Hébergements

Le centre se compose de 9 chambres typiques du Kerala — 4 simples et 5 doubles — à la fois minimalistes et raffinées, mettant en valeur le splendide environnement naturel. Tout confort, elles disposent de toilettes / douche / lavabo, de ventilateurs et d'une climatisation (moustiquaire sur demande).

S'y ajoutent 4 salles de soins, une salle de restauration et une pièce dédiée à la méditation.



9
CHAMBRES

4
SALLES DE SOINS

I
PIÈCE DE MÉDITATION

Tarifs

CHAMBRE SIMPLE · A/C

140 € / jour / pers.

Tarif à la semaine

CHAMBRE DOUBLE

160–180 €

/ jour / pers. — remise de 15 % en double partagée

LE PRIX COMPREND

- ✓ Le logement en pension complète
- ✓ La cuisine végétarienne d'Inde du Sud, en accord avec la prescription du médecin
- ✓ Les traitements ayurvédiques et consultations avec le médecin
- ✓ Les médicaments ayurvédiques prescrits durant la cure
- ✓ La pratique de Yoga
- ✓ La taxe de séjour (10 %) et l'accès wifi

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les transports depuis l'aéroport — transfert A/R : Kannur +80 € / Calicut +150 € / Mangalore +110 € (1 à 2 pers.)
- Les examens médicaux complémentaires proposés par le médecin (bilan sanguin, radiographies, échographies, IRM...)
- Les traitements facultatifs post-cure
- Les excursions
- Les pourboires, à discrétion

Formalités, visa & assurance

O1 Visa tourisme obligatoire

L'e-visa est accepté pour Mangalore, Calicut et Kannur. Ressortissants suisses : in.vfsglobal.ch/Geneva. Ressortissants français : lyonvisa.com ou action-visas.com.

O2 Billet d'avion & accompagnement

Pour confier l'établissement de votre billet et de votre visa à un professionnel, contactez Mme Marine Durot, agence Annecy Travel : +33 4 50 57 11 14.

O3 e-Arrival Card

Depuis le 1^{er} novembre 2025, l'Inde a mis en place un formulaire d'arrivée électronique à compléter en ligne dans les 72 heures précédant votre arrivée.

O4 Assurances

Il est de votre responsabilité de souscrire une assurance annulation pour votre billet, ainsi qu'une assurance voyage et rapatriement sanitaire. Aucun vaccin n'est nécessaire pour se rendre au Kerala.



Processus de réservation

Pour valider votre cure, un acompte de 30 % est à verser au plus tard 30 jours après réception de votre devis.

Une fois le règlement effectué par virement ou carte bancaire, vous recevrez :

- ✓ Une confirmation de règlement
- ✓ Une confirmation de réservation de votre cure
- ✓ Un questionnaire médical à remplir et à renvoyer à notre médecin sur place
- ✓ Un document d'informations pour préparer votre séjour

Le solde de la cure sera à régler **1 mois avant votre arrivée**.



Theyyam — Rituel sacré du Kerala



NOUS CONTACTER

Au plaisir de vous accueillir

*Pour toute question ou demande d'informations complémentaires,
n'hésitez pas à nous écrire.*

GENÈVE

espacetherapeutiquerousseau.ch

LE CENTRE

madhaviayurveda.com

WHATSAPP

+41 78 345 20 77



NOTRE ÉQUIPE LOCALE