

TOUS DECONFINES, TOUS OCCUPES

EN UN CLIC

NATUROPATHIE

Classée par l'OMS comme une médecine traditionnelle, la Naturopathie s'apparente à la médecine chinoise et à la médecine ayurvédique. Parfaitement adaptée au mode de vie des européens, elle permet le retour ou le maintien de la santé grâce à ses nombreux outils, en considérant la personne dans sa globalité (physique-énergétique et émotionnelle).



Jeudi à 10h00 - séances animées par une praticienne diplômée en Naturopathie et Docteur en Pharmacie

Jeudi 11 juin - Découverte de l'Iridologie - conférence d'1h00

Utilisée par les naturopathes, elle permet d'établir les points forts et les points faibles de chaque organisme à la naissance pour adapter au mieux les conseils d'hygiène de vie propre à chaque individu.

Jeudi 18 juin - Stimuler le système immunitaire par des solutions naturelles - conférence d'1h00

Il est aussi possible de lutter contre les virus en renforçant notre système immunitaire. Partez à la rencontre de votre corps et découvrez les piliers fondamentaux sur lesquels vous appuyer pour optimiser vos défenses naturelles.

Jeudi 25 juin et 2 juillet - Les alicaments - 2 ateliers pratiques en direct d'1h30 (liste d'ingrédients communiquée à l'inscription)

Selon Hippocrate, père de la Naturopathie, « que ton aliment soit ta seule médecine », venez réaliser, en direct, des recettes simples à partir de produits alimentaires, alternatives aux compléments alimentaires, riches en probiotiques naturels, en oméga 3, en vitamines et en minéraux.

Jeudi 9 et 16 juillet - Fabrication de produits de ménage naturels - 2 ateliers pratiques en direct d'1h30 (liste d'ingrédients communiquée à l'inscription)

Fabriquez vos produits vous-mêmes (logement, vaisselle, linge), avec seulement quelques ingrédients naturels, permettant ainsi des économies mais aussi de réduire la production de déchets plastiques et l'impact des perturbateurs endocriniens sur votre santé et celle de vos proches.

Jeudi 23 et 30 juillet - Fabrication de cosmétiques naturels - 2 ateliers pratiques en direct d'1h30 (liste d'ingrédients communiquée à l'inscription)

Respectez votre peau et l'environnement, avec seulement quelques ingrédients naturels, découvrez comment réaliser de nombreux cosmétiques. Economique, débarrassez votre salle de bain de tous les produits chimiques.

Pour s'inscrire, envoyer les informations suivantes par mail à l'adresse suivante : anne.garry@clic-riom.fr

- **votre NOM, prénom, téléphone, année de naissance,**
- **Pseudo/identifiant Skype, séance(s) choisie(s)**

