

LES PILIERS DE LA SANTE

10 ateliers pour préserver et améliorer votre santé

<u>LES PILIERS DE LA SANTE</u>	<u>DATES</u>
LES DIFFERENTES CATEGORIES D'ALIMENTS : A quoi servent-elles, leur lien avec les émotions	10 novembre 2017 18h à 20h
LES ALIMENTS A ASSOCIER : Certaines combinaisons sont indispensables, les erreurs à éviter	08 decembre 2017 18h à 20h
LES HUILES VEGETALES ET LEUR IMPORTANCE : Pourquoi elles sont indispensables et connaitre leurs propriétés	05 janvier 2018 18h à 20h
L'IMPORTANCE DES DIFFERENTS MODES DE CUISSON ET CONSERVATION : avantages et inconvénients	02 février 2018 18h à 20h
LES VITAMINES: à quoi servent-elles, où les trouver ?	02 mars 2018 18h à 20h
LES MINERAUX : à quoi servent-ils, où les trouver ?	06 avril 2018 18h à 20h
HYDRATATION : quoi boire et pourquoi, les erreurs à éviter	04 mai 2018 18h à 20h
L'EQUILIBRE ACIDO-BASIQUE : c'est quoi ?	01 juin 2018 18h à 20h
INDEX GLYCEMIQUE : son importance pour rester en bonne santé	29 juin 2018 18h à 20h
LA RESPIRATION CELLULAIRE : comment bien oxygéner nos cellules et pourquoi	13 juillet 2018 18h à 20h

Tarif : 25 € l'atelier mensuel
Lieu : Les chais de la cour, village « la cognardière »
11 rue des rouliers 44330 LE PALLET

Professionnelle de l'accompagnement, j'ai eu il y a quelques années un cancer qui m'a obligée à chercher les causes de la maladie et revoir complètement mon alimentation que je croyais saine... Aujourd'hui, après une formation de naturopathe à l'école du Dr Jean-Pierre WILLEM, je vous accompagne pour préserver et améliorer votre santé.

Hélène PETIOT NATUROPATHIE
LA CHAPELLE HEULIN Tel 06.30.92.02.20