

CYCLE
D'INITIATION À LA
NATUROPATHIE

10 séances



**Des solutions naturelles et efficaces
pour prendre sa santé en main**

A TARBES

à partir du

11 octobre 2017

Education et prévention
pour toute la famille

PRENDRE SA SANTÉ EN MAIN AVEC LA NATUROPATHIE

CYCLE de 10 séances (en soirée)

Ces ateliers sont des moments conviviaux qui permettent de comprendre les **grands principes** de **santé** et de pouvoir les **appliquer chez soi**, de façon **simple** et **pratique**.

Nous aborderons :

- L'alimentation (diététique et nutrition, les aliments vitalisant et ceux qui dévitalisent...), l'équilibre acido-basique, la digestion,
- Les différentes éliminations (émonctoires)
- L'utilisation des huiles essentielles, des plantes..., (Comment constituer sa pharmacie au naturel),
- Comment renforcer son immunité
- L'hydrologie, la biokinésie, la respiration,
- La gestion des émotions, la relaxation...
- Comment stimuler son énergie vitale...

LIEU :

Cabinet de Naturopathie

2 Av du Régiment de Bigorre à Tarbes.

TARIF :

35 €/soirée .

Atelier bimensuel à 20h les mercredis

INTERVENANTE :

Jacqueline Reignier

Praticienne de santé
Naturopathe Vitaliste diplômée



Renseignements et inscription :

Tél. : **06.12.92.36.69.**

Mail : **ateliers.bienetre@yahoo.fr**

Site internet :

www.ateliers-bien-etre.fr

À TARBES

Les Ateliers du Bien-Être sont sur



Siret : 504 667 999 00024

Les Ateliers du Bien-être proposent aussi... :

- ◆ Ateliers, conférences
- ◆ Accompagnement en hygiène de vie
- ◆ Séances d'EFT (gestion des émotions)
- ◆ Cours de Biokinégy (déverrouillage articulaire, mouvements santé, relaxation)
- ◆ Cours de Yoga de la Régénération, Yoga du Système Nerveux et du Système Hormonal
- ◆ Massages
- ◆ Relaxation Coréenne



STAGES :

- Yoga du Système Nerveux et Hormonal **les dimanches**
 - Régénération
 - Gérer ses émotions
 - Développer son ressenti et la présence à soi
 - Expression créatrice (dessin, collage...)
 - Développez votre créativité avec les techniques théâtrales
- Cycle 3 stages oct, nov, dec 2017**

Séjours et stage en **France** et dans le **désert**

WEEK-END :

- Détoxination : Cure de raisin du **22 au 24 septembre** et du **6 au 8 octobre 2017**

