

**CYCLE**  
**D'INITIATION À LA**  
**NATUROPATHIE**

9 séances



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

**A TARBES**

à partir de

**SEPTEMBRE 2017**

Education et prévention  
pour toute la famille

**PRENDRE SA SANTÉ EN MAIN AVEC LA NATUROPATHIE**

**CYCLE de 9 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 ou les jeudis**

INTERVENANTE :

**Jacqueline Reignier**

Praticienne de santé  
Naturopathe 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
- ◆ Consultations en naturopathie
- ◆ 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 **les 13 et 14 mai 2017**
- Développer son ressenti et la présence à soi les **1 et 2 juillet 2017**
- Expression créatrice (dessin, collage...)
- Epanouissement personnel avec les techniques théâtrales

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**

