

ATELIERS 2^{ème} NIVEAU

Santé & Bien-être

- **LE BILAN DE VITALITE**

Rappel des fondements de la Naturopathie.

Pourquoi un bilan de vitalité ? Qu'est-ce qu'il en ressort et qu'est-ce qu'il nous permet de comprendre ? Les informations nécessaires.

- **RECETTES**

Comment bien débuter la journée...Exemple de recettes faciles, saines pour le petit déjeuner ou le goûter.

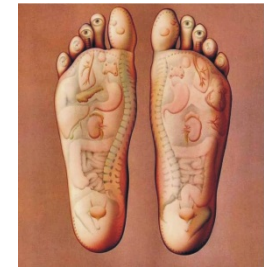
- **LES HUILES ESSENTIELLES & AUTRES PRODUITS de la TROUSSE à PHARMACIE**

Les recommandations. Comment les utiliser ? Les incontournables...

Nous verrons les produits intéressants à utiliser en cas de maux divers.

- **DECOUVERTE DE LA REFLEXOLOGIE**

La réflexologie, quelle utilité au sein des cures de la Naturopathie ? Découverte de la réflexologie plantaire, des ventouses, des sangsues, du stylet...



Un samedi / mois

Emazteek diote - Hasparren/Hazparne - 06.07.57.33.41

www.lesateliersaube.com