

Valérie
PARTHIOT



Ateliers de naturopathie

Prenez soin de votre santé de façon naturelle

- Pourquoi et comment prendre soin de son foie au printemps Samedi 9 avril
- Les bases d'une alimentation saine et équilibrée: point de départ pour agir sur son poids Samedi 7 mai
- Comprendre les mécanismes du stress et apprendre à mieux le gérer Samedi 11 juin
- Apprendre à libérer les tensions: auto massages, exercices musculaires Samedi 9 juillet
- Aromatiques du jardin: nombreuses vertus en cuisine, en tisane Samedi 17 septembre
- Comment favoriser un sommeil réparateur Samedi 8 octobre
- Comment renforcer son immunité Samedi 5 novembre
- Découvrir l'utilisation des huiles essentielles Samedi 3 décembre

Ateliers d'une durée de 2 h de 15h à 17h

Tarif: 25 euros

Sur réservation au 06 22 44 25 58

Adresse: 50 Route de Beaune 21340 La Rochepot