



# CONFÉRENCES EN DIRECTION DES + DE 60 ANS

Dans le cadre de sa mission d'animation en direction des séniors du territoire du Nord-Est Toulousain, d'Orgueil, de St Sulpice La Pointe et de Couffouleux et avec le soutien de la Conférence des financeurs 81 et 82, le CBE du NET-TARN, vous propose des conférences en prévention santé sur différentes thématiques :

## LE DIABÈTE ET L'ALIMENTATION, COMMENT FAIRE LES BONS CHOIX ALIMENTAIRES ? QUELS SONT LES ALIMENTS À PRIVILÉGIER ?

Comment bien manger avec un diabète de type 2 ?

LUNDI 16 OCTOBRE 2023, DE 9H00 À 12H00, SALLE DES FÊTES, 82370 ORGUEIL



## COMMENT SOIGNER LES MAUX DU QUOTIDIEN AVEC LA GEMMOTHÉRAPIE OU PRATIQUE THÉRAPEUTIQUE DES BOURGEONS

Sensibilisation à cette technique douce de phytothérapie favorisant l'amélioration de certains troubles hormonaux (sommeil, ménopause, digestion...)

LUNDI 13 NOVEMBRE 2023, DE 9H00 À 12H00, À LA SALLE DE GUERDAVID  
81800 COUFFOULEUX



## TROUBLES DU SOMMEIL ET INSOMNIE

Comment y remédier naturellement avec les huiles essentielles

LUNDI 27 NOVEMBRE 2023, DE 9H00 À 12H00, A L'ALPHAB MÉDIATHÈQUE  
1 A RTE DE LAPEYROUSE, 31180 CASTELMAUROU



ANIMÉE PAR MARIELLE THORELLE  
DOCTEURE EN PHARMACIE

Inscription obligatoire auprès du CBE du NET-TARN  
05 62 89 07 70 ou [contact@cbedunet.org](mailto:contact@cbedunet.org)

PENSEZ À VENIR AVEC VOTRE PROPRE  
MATÉRIEL DE PRISE DE NOTE

