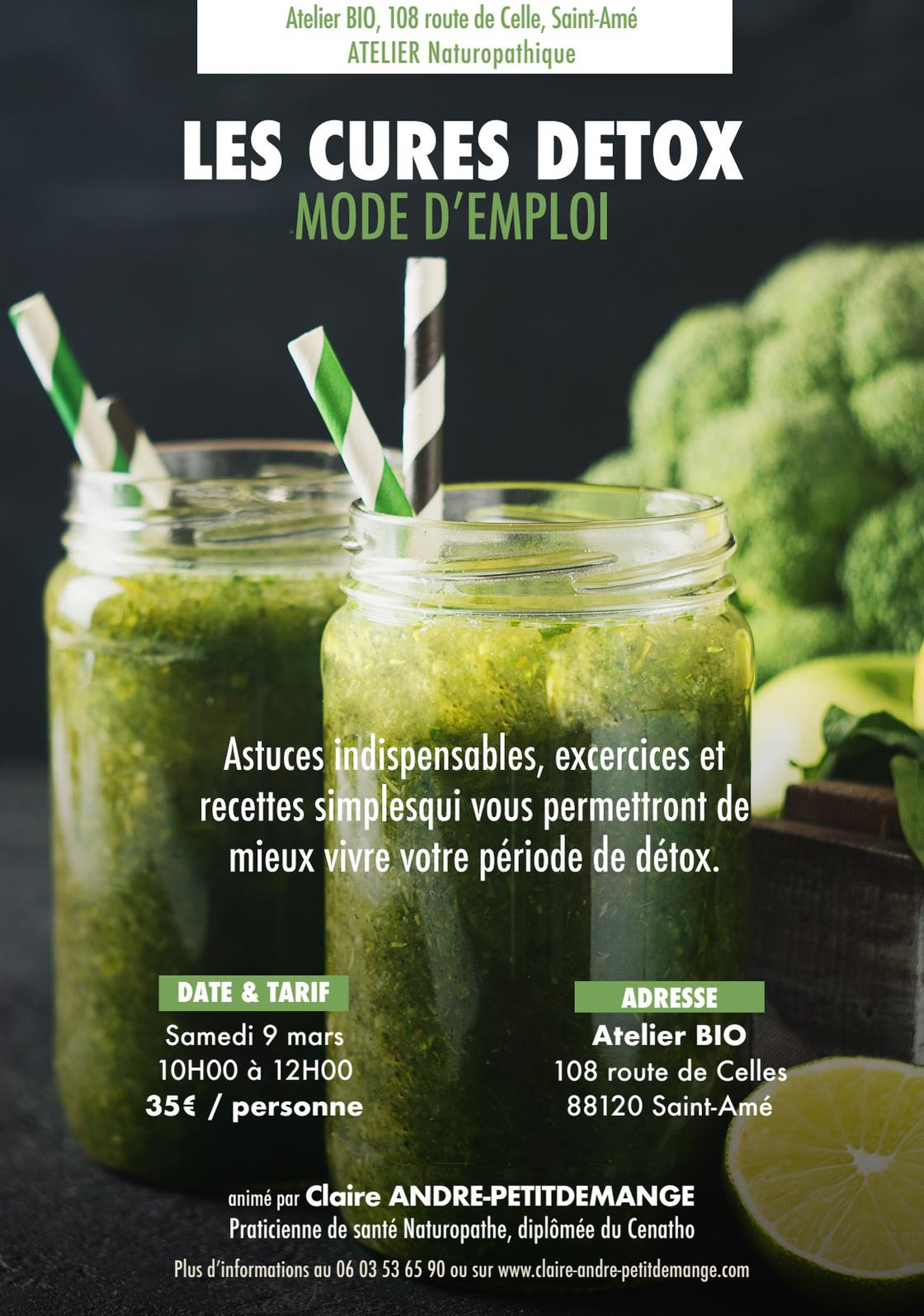


Atelier BIO, 108 route de Celle, Saint-Amé
ATELIER Naturopathique

LES CURES DETOX

MODE D'EMPLOI



Astuces indispensables, exercices et recettes simples qui vous permettront de mieux vivre votre période de détox.

DATE & TARIF

Samedi 9 mars
10H00 à 12H00
35€ / personne

ADRESSE

Atelier BIO
108 route de Celles
88120 Saint-Amé

animé par **Claire ANDRE-PETITDEMANGE**
Praticienne de santé Naturopathe, diplômée du Cenatho

Plus d'informations au 06 03 53 65 90 ou sur www.claire-andre-petitdemange.com

Détox, pouvons-nous la supporter ? Et puis, un détox de quoi ? Foie ? Corps entier ?

D'ailleurs, la détox ne concerne-t-elle que notre corps ?

Bientôt l'arrivée du printemps : les unes de magazines féminins et les vitrines des pharmacies vont vous vanter tous ces merveilleux produits indispensables pour l'incontournable détox !

Et s'il est effectivement pertinent de se lancer, comment procède-t-on de façon intelligente pour ne pas se faire plus de mal que de bien ? A quel moment est-ce le plus judicieux ? Doit-on se fier uniquement à ces plantes et compléments alimentaires (qui seraient donc les mêmes pour tous ?)

Autant de questions auxquelles nous répondrons au cours de cet atelier.

En parallèle et pour ancrer la théorie dans le concret, je vous propose d'allier la pratique de quelques uns de piliers de la naturopathie (alimentation, accompagnement émotionnel, exercice physique, aromathologie, phytologie, etc.) Nous réaliserons ensemble une ou deux recettes simples et accessibles, et je vous livrerai les astuces indispensables afin de mieux vivre cette période si vous décidez de vous lancer.

LA DETOX programme

En théorie :

C'est quoi ?
Pour qui ?
Comment ?
Quand ?
Combien de temps ?

En pratique :

Recettes
Astuces
Exercices

Coupon réponse

Nom :

Prénom :

Adresse :

Téléphone :

Email :

Allergies

Intolérances

Régime



A renvoyer à :

Claire ANDRE-PETITDEMANGE

71 route de Xennois

88200 St-Etienne-lès-Remiremont

Merci de joindre le règlement de 35€ avec votre bulletin d'inscription ou de payer directement en ligne sur mon site : www.claire-andre-petitdemail.com

Le bulletin est à renvoyer à l'adresse suivante : Claire André-Petitdemail, 71 route de Xennois, 88200 St-Etienne-lès-Remiremont