



BIEN ÊTRE DIGESTIF AU QUOTIDIEN

Bien digérer pour mieux se sentir et se ressentir

Durée: 1 jour (7 heures) en INTRA

Groupes: de 5 à 12 personnes

Prix: sur devis

Public

Tout public.
Particuliers et entreprises

Pré audit

Identifier les besoins
de chaque participant

LES FORMULES

1- EN INTRA

-> micro cubes de 3 heures
-> formation 1 journée

2- SÉANCES D'ACCOMPAGNEMENT
INDIVIDUEL - CONSULTATIONS

3- CONFÉRENCES

Objectifs

- Mieux vivre son quotidien
- Mieux comprendre les liens qui alimentent notre bien-être

Contenu

- Le vrai rôle de la digestion
- Un microbiote sensible et fragile : rôle des probiotiques
- Facteurs alimentaires et environnementaux :
- Les principes d'une alimentation de confort digestif
- Influences des émotions sur la digestion
- Focus symptômes : Le coup de pouce des plantes, minéraux, vitamines, et huiles essentielles

Pédagogie :

Contenus didactiques, abondamment illustrés par l'image et le photolangage. Pratiques dynamiques personnalisées individuelles et collectives. Supports de cours écrit et visuel

Animatrice:

Laurence Delorme

Naturopathe
Transition des personnes
Accompagnement au mieux être

INFOS ET RÉSERVATIONS

Tel: 06.23.15.81.62
delaurme@gmail.com

potentiel-sante.fr

**LES STAGIAIRES REPARTENT AVEC DES SOLUTIONS PRATIQUES
À METTRE EN ŒUVRE IMMÉDIATEMENT DANS LEUR QUOTIDIEN.**

Pour aller plus loin

Possibilité d'inscrire une étape d'évaluation sous forme d'entretien individuel ou collectif

N° SIRET : 53054672000026
41 Rue de la République
31290 Villenouvelle