



CIRCULEZ !

Prenez soin de votre coeur et de vos vaisseaux

Durée: micro cube de 3h. 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 cube de 3 heures

2- SÉANCES D'ACCOMPAGNEMENT
INDIVIDUEL - CONSULTATIONS

3- CONFÉRENCES

Objectifs

- Connaître les bases d'une bonne hygiène cardio-vasculaire
- Adapter son alimentation au quotidien
- Réduire les risques cardio-vasculaires

Contenu

- Rôle du système cardio vasculaire
- Les gestes simples au quotidien
- Les nutriments protecteurs: Les aliments qui renforcent les vaisseaux sanguins
- La trousse « plantes »

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

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

INFOS ET RÉSERVATIONS

Tel: 06.23.15.81.62
delaurme@gmail.com

Pour aller plus loin

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

potentiel-sante.fr

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