Conférence sur l'équilibre acido-basique

Mme FARAI BLANDINE

INFORMATIONS

MOLSHEIM Foyer St Joseph

Début le vendredi 07 février 2020

DURÉE : 02:00

PROFILS : naturopathe

PRE REQUIS :

Aucun prérequis

MATERIEL : Aucun

CODE ACTIVITÉ : 4MO401

Prix : 5.00 €

DESCRIPTION

L'équilibre acido-basique est essentiel à la santé. Trop acide ou trop basique, notre corps réagit. Il nous donne des alarmes, petites au début, puis de plus en plus importantes si nous continuons sur le même chemin.

Cette conférence vise à comprendre son mécanisme, à savoir reconnaître et entendre ce que nous dit notre corps.

Nous verrons ensemble comment nous pouvons tenter de revenir à un équilibre si précieux à notre corps..

Nous parlerons d'alimentation, de gestion du stress, de phytothérapie, etc..

Inscription vivement conseillée avant la conférence, places limitées - Billetterie sur place

Gratuit pour les adhérents sur présentation de la carte d'adhésion ou du justificatif d'inscription.

Conférence sur l'équilibre acido-basique

Mme FARAI BLANDINE

OBJECTIFS

- Avoir des notions de ce qu'est l'équilibre acido-basique.
- Connaître les grandes lignes au niveau alimentaire à suivre pour le préserver.
- Connaître quelques points essentiels à suivre au quotidien pour le maintenir (gestion des émotions, du stress, etc.).

SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Vendredi	07-02-2020	19:00	02:00	Foyer St Joseph, 1 rue du Maréchal Foch - 67120 MOLSHEIM