

LE CERCLE NATURO

Cours de naturopathie familiale

Le Cercle naturo est un groupe de personnes qui se réunissent une fois par mois pour découvrir les bases de la naturopathie et avoir des conseils pratiques d'hygiène de vie.

Participer au Cercle naturo, c'est découvrir, apprendre, changer de regard et d'habitude pour être en bonne santé naturellement. C'est adopter des bons réflexes pour maintenir ou retrouver sa vitalité. C'est finalement avoir les clés pour mettre en place l'hygiène de vie qui vous va bien.

Concrètement ?

10 rencontres de 3h, une fois par mois pendant un an.

Chaque rencontre alterne des temps de présentation et des temps d'échanges:

- fondements de la naturopathie, physiologie du corps, des images et schémas clés pour vous aider à comprendre,
- questions, réflexions et expériences pour croiser les regards et enrichir le groupe.

A la fin de chaque rencontre, un support écrit est remis pour faciliter la mise en pratique chez soi, à son rythme.

« Heureux celui qui sait ce qu'il faut faire quand il le faut et autant qu'il le faut » Platon

PROGRAMME :

01/19: La naturopathie: fondements, hygiène vitale et dérives.

02/19: Quand le corps parle: Tempéraments et morphopsychologie.

03/19: Quand le corps se nourrit: fonction digestive et nutrition.

04/19: Et on mange quoi maintenant? Courants alimentaires et diètes intelligentes.

05/19: Notre corps bactérien: comment vivre en symbiose avec nos bactéries?

06/19: Le corps dans son environnement: lieu de vie, relations sociales et habitudes pour préserver sa santé.

09/19: Le stress: ami ou ennemi?

10/19: Notre corps communicant: des systèmes de communication physiologiques (nerveux et hormonal) aux émotions.

11/19: Les causes de la maladie: comprendre le fonctionnement et signaux du corps.

12/19: Compléments alimentaires: comment s'y repérer? Ma boîte à pharmacie naturelle.

Attention:

Les informations partagées dans le Cercle naturo sont à destination de toute personne souhaitant avoir des clés pour gérer sa santé de façon naturelle dans un cadre privé et non professionnel.

Participer au Cercle naturo ne donne lieu à aucune certification professionnelle.

Les informations partagées dans le cadre du Cercle naturo ne sauraient se substituer à tout conseil et suivi médical.

MODALITÉS D'INSCRIPTION

HORAIRES : De 19h à 22h

DATES :

Wambrechies : jeudi 24/01, 28/02, 28/03, 25/04, 23/05, 27/06, 26/09, 24/10, 28/11, 19/12

Villeneuve d'Ascq : vendredi 25/01, 01/03, 29/03, 26/04, 24/05, 28/06, 27/09, 25/10, 29/11, 20/12

LIEU : 1000 rue d'Ypres à Wambrechies / 35 av du Sart à Villeneuve d'Ascq

Certaines rencontres pourront avoir lieu dans d'autres endroits. L'information sera alors transmise au minimum une semaine à l'avance aux participants.

RÈGLEMENT :

Les inscriptions seront prises en compte dès réception de votre règlement (chèque ou virement).

Chèque à libeller à l'ordre de : Association HYRIS

TARIF :

250€ pour la participation annuelle (*possible de payer en 5 fois*)

400€ tarif « Duo » pour les couples

+ 10€ pour l'adhésion à l'association HYRIS

Des facilités de paiement (paiements étalés) et des réductions sont possibles, me consulter.

REPAS : Non compris (les rencontres donneront lieu à des auberges espagnoles)

Nombre de places limité à 12 participants par groupe.

Si le nombre d'inscrits au Cercle naturo est insuffisant, nous nous réservons le droit de l'annuler avec le remboursement intégral des sommes versées. L'absence à une rencontre ne pourra donner droit à un quelconque remboursement.

RENSEIGNEMENTS & INSCRIPTION :

Julie Houriez : 06 75 70 26 78 / hellohyris@gmail.com

Association HYRIS, 1000 rue d'Ypres 59118 Wambrechies

Bulletin à renvoyer dûment rempli et accompagné de votre règlement avant le 15 janvier 2019 à :
HYRIS – 1000 rue d'Ypres 59118 Wambrechies

BULLETIN D'INSCRIPTION

PRÉNOM/NOM : DATE DE NAISSANCE :

ADRESSE :

CODE POSTAL : VILLE :

TEL. : E-MAIL :

Je ne m'inscris pas mais je souhaite être informé(e) des activités à venir

Je déclare avoir pris connaissance des conditions générales d'inscription et les accepter et vous prie de trouver un chèque ci-joint de€ à l'ordre de Association Hyris pour une adhésion à l'association (10€) et une inscription au :

Cercle naturo WAMBRECHIES

Cercle naturo VILLENEUVE D'ASCQ