



Frédérique Carmelet
0670583270
uncheminverssoinature@gmail.com
27 rue Saint Laurent
56220 Limerzel

La naturopathie, un chemin pour se connaître et devenir responsable de soi.
« on ne peut rien enseigner à un homme, on peut seulement l'aider à trouver la réponse à l'intérieur de lui-même » Galilée

Je propose des ateliers

Atelier d'initiation à la naturopathie : « découverte »

une piste pour nous aider à nous prendre en charge.

un chemin à se créer

cet atelier est libre (peut se faire auprès d'associations, école ...)

Atelier sur la respiration : « je respire pour vivre ou respirer c'est vivre »

notions d'anatomie et physiologie, exercices de respiration et liens entre respiration et nos quatre corps (physique, émotionnel, mental et intime)

Ateliers sur l'alimentation : « ce que je digère »

« ce que j'élimine »

« ce que je mange »

Des notions d'anatomie et de physiologie, exercices de relaxation, de massages.....

d'autres sujets comme le sommeil, le stress, le massage, le mouvement, les hormones...

Je suis à l'écoute de toutes propositions.

Mes ateliers peuvent se proposer sur une heure, deux heures ou une demi-journée ; les tarifs sont bien sur en fonction du temps passé :

par personne une heure : 10 euros

Une demi-journée: 30 euros

Déplacement possible (5 euros en supplément par personne)

Je propose aussi au cabinet des consultations (accompagnement) ou des massages
(50 euros)

« soyons le changement que nous voulons dans le monde » Gandhi

0670583270

