

22 janvier 2018

« Prendre soin de soi par les plantes » Ateliers santé

La Mutualité Française Occitanie, en partenariat avec la Mutualité Française Grand Sud, organise un atelier santé « Prendre soin de soi par les plantes » le mardi 30 janvier à 20h à Mende. Cet atelier gratuit permet de découvrir les vertus des plantes et leurs utilisations. Inscription obligatoire au 06 67 76 44 98.



Vous invite
à un **Atelier**
Santé

Gratuit

Prendre soin de soi par les plantes

Mardi 30 janvier 2018
à 20h

MAISON DE LA MUTUALITÉ
BOULEVARD THÉOPHILE ROUSSEL
Mende

Renseignements
Laurence ROBERT DUBOIS 06 67 76 44 98
occitanie.mutualite.fr

Mardi 30 janvier à 20h

Maison de la Mutualité
Boulevard Théophile Roussel
Mende

Animée par Laurence Robert-Dubois, Responsable prévention et promotion de la santé à la Mutualité Française, cette rencontre propose d'échanger autour des plantes.

Au programme :

- Comment éviter les premiers froids de l'hiver et retarder l'apparition des effets sur notre système respiratoire ?
- Comment faire son sirop naturel contre la toux ?

Au fil de l'atelier, les participants pourront apprécier les bienfaits des plantes et découvrir leurs vertus. Un atelier qui invite à la **découverte tout en favorisant le lien social.**