



Vous invite
à un **Atelier**
Santé

Gratuit
sur inscription
Nombre de places
limité

Bien-être au naturel

Mardi 9 avril 2019

Horaire au choix :

14h30-16h30

ou 18h-20h

TARBES

Salle communiquée
lors de l'inscription

occitanie.mutualite.fr



Près de 60% des médicaments présents sur le marché sont issus ou dérivés de substances naturelles, généralement d'origine végétale. C'est dire combien le recours aux plantes pour se soigner est répandu. Apprendre à prendre soin de soi par les plantes, aider à apaiser certains maux, concevoir soi-même des sirops, baumes, tisanes, demande de bien connaître les propriétés des plantes que l'on utilise.

Ces ateliers gratuits et conviviaux permettent de découvrir les vertus des plantes, leurs utilisations et de concevoir son propre baume de massage.

Programme

- Définition de la phytothérapie ;
- Présentation de quelques plantes et huiles essentielles ;
- Prendre soin de ses articulations et confectionner son baume de massage.

Horaire au choix

- De 14h30 à 16h30
- De 18h à 20h

Intervenante

Laurence ROBERT-DUBOIS, Responsable prévention et promotion de la santé au sein de la Mutualité Française Occitanie.

Et aussi...

Repartez avec l'échantillon réalisé durant l'atelier et une brochure contenant plusieurs recettes et conseils.

DATE LIMITE

5 avril

Inscription obligatoire*

Par téléphone au **05 31 48 11 55**
(de 9h à 12h30 et de 14h à 18h)

* Inscription avant le vendredi 5 avril 2019, dans la limite des places disponibles, par ordre de réservation. Salle communiquée lors de l'inscription.

Retrouvez-nous aussi sur :

