

RENDEZ-VOUS DES PARENTS EXTRAORDINAIRES

Salle communale - La Madelaine/Montreuil

Rendez-vous réservés aux parents d'enfants en situation de handicap, gratuits, sans pré-inscription, sans obligation de présence à chaque rencontre.



16

14h-16h

MARS

Temps de paroles entre parents puis échanges avec une Naturopathe: comment réduire son stress et favoriser un meilleur sommeil grâce à son alimentation?

On poursuit le cycle du "prendre soin de soi" en accueillant Paola Marécaille, Naturopathe, qui viendra nous donner des trucs et astuces simples pratiques pour réduire notre stress et favoriser un meilleur sommeil grâce à notre alimentation.



Le mot de Paola, Naturopathe :

"Ayant grandi dans une famille concernée par la maladie et notamment par le handicap, j'ai toujours eu à cœur de prendre soin de mon entourage.

Aujourd'hui, je suis naturopathe. C'est-à-dire que j'essaie de prendre soin de chacun, de sa santé, en lui proposant des techniques, en lui conseillant des astuces, qui soient les plus naturelles possibles. La naturopathie étant une discipline holistique, je m'attache à respecter le fonctionnement global (physique et émotionnel) de chacun, de façon à lui apporter une réponse la plus individualisée possible.



bonjour@lesbobosalaferme.fr - 06.35.36.60.96

www.lesbobosalaferme.fr

