



A tous les membres d'AFA68, conjoints et amis

LA GESTION DU STRESS : APPROCHE NATUROPATHIQUE

Le stress fait partie de nos vies. Notre corps, merveilleuse machine, est habituellement en capacité d'y faire face et de s'adapter.

Toutefois, lorsque le stress est de plus en plus présent, notre organisme s'épuise et montre des signes de faiblesse qui peuvent se manifester de multiples manières.

Mais qu'est donc le stress ? Où se situe le surmenage ? Comment notre corps y répond-t-il ? Que faire ?

Des questions qui trouveront réponse et vous permettront d'agir... sans stress....

Pour en savoir plus, venez assister à une conférence et échanger dans la joie et la bonne humeur avec

Marie-Christine KOPF,

Praticienne en Naturopathie, Conseillère en Nutrition,
diplômée de l'Institut Français de Sciences de l'Homme,

le vendredi 26 avril 2019

à l'Hôtel MERCURE à 19h30

A l'issue de la conférence, les échanges pourront continuer autour d'un thé oolong (le thé du juste milieu)



ATTENTION :

Gratuit pour les membres

5 € pour les non-membres (conjoints, amis et invités) à régler sur place

Pour ceux qui le souhaitent, nous prolongerons la soirée par un pot au bar de l'hôtel ou, selon l'heure, dans les environs.

Pour la bonne organisation de cette soirée, merci de me confirmer votre participation pour le **24 avril** au plus tard, par mail : agnes.meyer68@gmail.com ou tél : 03-89-07-25-04 / 06-70-91-31-07 en précisant votre nom et le nombre de personnes.

Au plaisir de vous retrouver à cette occasion,

Agnes