

Journée de la Naturopathie

1^{ère} édition
Alimentation

Conférences

Dégustations

Initiations

Ateliers

Dimanche
2 Juin
9h30 - 18h30

Domaine de la Castille
la Crau-83



Création graphique : Capucine Lhéze

Cultiver sa santé avec gourmandise!



Éducateur
de santé
Naturopathe



*Ateliers • Conférences • Dégustations
Expositions • Espace enfants*

- **Les conférences** (45mn avec questions-réponses)
10h30 : Naturopathie, héritage des médecines naturalistes hygiénistes - **Julien Allaire**, naturopathe-iridologue.
11h30 : Saveurs et couleurs au fil des saisons - **Danielle Boussard**, naturopathe-heilpraktiker.
12h15 : Pause déjeuner
13h30 : Addictions alimentaires, entre plaisirs et compulsions, trouver le juste équilibre - **Anne Portier**, naturopathe.
14h30 : Les 5 piliers de la dynamique Kousmine - **Catherine Szymanski**, Membre de la Fondation Kousmine.
15h30 : Quand l'alimentation devient thérapeutique - **Martine Cotinat**, gastro-entérologue.
16h30 : Spiruline et alimentation durable - **Jean-Bernard Siemens**, spirulinier.

- **De nombreux ateliers** (inscription sur place)

Un espace pour les enfants avec des jeux fabuleux et pleins de surprises...

Ateliers culinaires : crème Budwig, un apéritif convivial, l'assiette santé, les algues, les graines germées...

Exercices physiques : Pratique du Tao, Qi gong, méthode Pilates, ...

Réflexologie plantaire, **Bol d'Air Jacquier**, **Fleurs de Bach**, **Huiles essentielles**, ...

- **Toute la journée**

Librairie avec des ouvrages spécialisés (alimentation, développement personnel, écologie, ...)

Des boissons aux fleurs, aux épices et aux fruits.

Food trucks avec une restauration locale, de saison et gourmande.

Des tables et des chaises à l'ombre pour le pique-nique.

Entrée 4€ / Gratuit pour les - de 14 ans • Réservation fortement conseillée

Programme & billetterie en ligne : <https://helloasso.com/associations/sudnaturopathie/evenements/journee-de-la-naturopathie>

Domaine de la Castille / Route de la Fertède à La Crau / 83210 • Parking gratuit

f journée de la naturopathie **@** sud naturopathie

