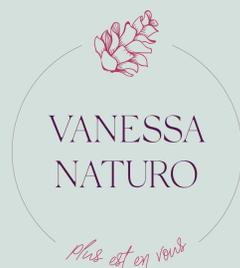


QUALITÉ DE VIE AU TRAVAIL ET
PREVENTION SANTÉ:

•CES ATELIERS VOUS DONNERONT
DES ASTUCES ET DES
BASES D'HYGIÈNE DE
VIE ADAPTÉE À VOS ÉQUIPES

•CHAQUE ATELIER EST
CONSTRUIT EN FONCTION
DES BESOINS DES PARTICIPANTS
GRÂCE À UN
QUESTIONNAIRE PRÉALABLE



Contact

33 Boulevard du Massacre
44800 Saint Herblain
07 69 80 19 27
www.vanessanaturro.fr



Ateliers découvertes

ENTREPRISES



Qui suis-je ?

Écouter les autres et les aider à trouver leur propre solution, sont des valeurs qui animent mon chemin de vie. Optimiste et confiante en la vie, je crois en mon intuition et j'ai à cœur de vous partager mes connaissances.

Mes connaissances en médecine naturelle

2019 Fleurs de Bach Niveau 1 & Niveau 2

2019 Certificat de Naturopathie Euronature

(spécialisation : cure detox et revitalisation, aromatologie, phytologie...)

2020 Certification FENA (Fédération française des écoles de naturopathie)

2020 PNL- Les Fondamentaux & PNL systémique lié à la santé

2020 Membre OMNES (Organisation de la médecine naturelle et de l'éducation sanitaire)

2020 Fleurs de Bach Niveau 3 : conseillère agréée en Fleurs de Bach (en cours)

« LA FORCE QUI EST EN
CHACUN DE NOUS EST
NOTRE PLUS GRAND
MÉDECIN. »
HIPPOCRATE

Les ateliers

GESTION DU STRESS, EN THÉORIE ET EN PRATIQUE COMMENT ÇA MARCHE ?

- Qu'est-ce que le stress ?
- Effet et conséquence du stress sur la santé
- Comment changer sa perception du danger
- Les techniques naturo à la rescousse (nutrition, phytologie, relaxation et respiration)

RENFORCER SON IMMUNITÉ : INTESTIN LA PIÈCE MAÎTRESSE

- L'alimentation saine et équilibré
- La detox comment et pourquoi
- Passer à l'action: les produits de la ruche

LES PETITS MAUX DU QUOTIEN: MA TROUSSE DE SECOURS

- Les 10 commandements: précaution d'emploi, faire son choix...
- Les 5 huiles indispensables
- Création de son roll-on

Tarifs

Sur demande , à définir selon le nombre de participants et la durée.