



**Santé & Bien-être
Corps et Culture
Femmes**

La *Réflexologie* *plantaire*



**VENDREDI
15 MARS 2019
de 14h30 à 16h30
au Centre Social et Culturel Lavieu**

avec Nathalie FOSSE, Naturopathe

Echange - Débat - Discussion

Rencontre gratuite et ouverte à toutes !

Le pied est le miroir de notre corps et de notre santé !

Nous découvrirons à partir de cette pratique millénaire et de ses grands principes, ce qu'elle peut nous apporter dans le quotidien pour soutenir et rééquilibrer notre organisme et soulager beaucoup de maux.

Quelques petits exercices pratiques viendront illustrer cette rencontre.

Parce qu'il est important de s'occuper de sa santé et de son bien-être, VENEZ échanger et vous informer !



A 16h30 : partage d'une collation

**CENTRE SOCIAL ET CULTUREL LAVIEU CENTRE-VILLE
1 place Baudelaire - 42400 SAINT-CHAMOND - 04.77.31.75.44**

Avec le soutien de la Politique de la Ville