

Informations pratiques:

Lieu : Soligren 5, Rue Maginot
à Grenoble

Horaire : 18 H 30-20 H 30 (jeudi)
1 heure de conférence
1 heure d'échanges, débats.
Un résumé envoyé aux participants

Tarifs : Non adhérent : 6 euros
Adhérent : 5 euros
Petits budgets : 4 euros

Participants : 10-12 personnes

Renseignements et inscriptions :

Tel: 04 76 53 41 98
Mail: soligrenanimation@orange.fr
Isabel.jimenezdebeze@free.fr
<http://naturisa.canalblog.com>

L'association SoliGren propose tout au long de l'année des animations en lien avec les thématiques suivantes :

- ❖ Consommation responsable,
- ❖ Prévention santé / alimentation,
- ❖ Accessibilité pour tous aux produits de qualité,
- ❖ Promotion du commerce équitable, de l'agriculture locale et du tourisme solidaire,

Vous souhaitez mieux connaître nos actions, adhérer à l'association (10 euros), participer en tant que bénévole, vous pouvez nous contacter :

Association SoliGren
5 rue Maginot à Grenoble (quartier de Bonne)

Tél : 04 76 53 41 98

Mail : soligrenanimation@orange.fr

Site web : www.soligren.fr

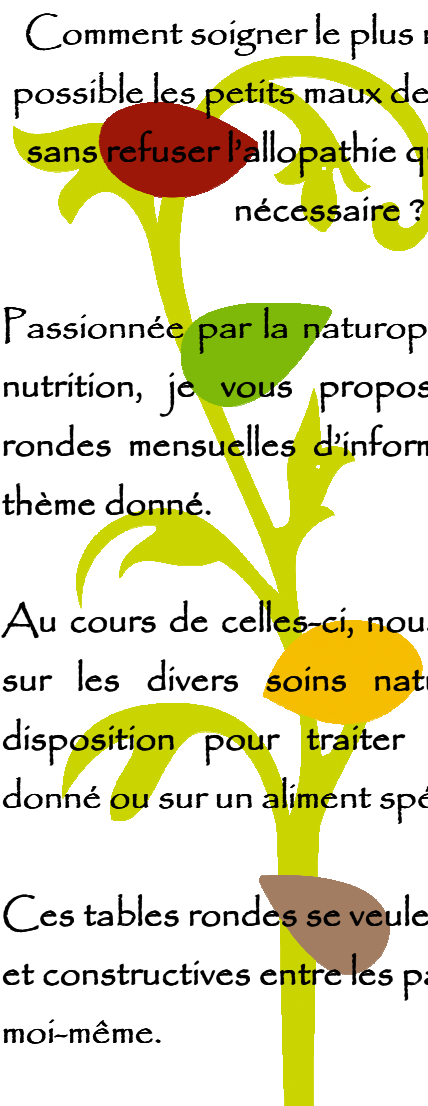


Tables rondes

Nutrition & Naturopathie

Animées par Isabel Jimenez,
Naturopathe

Programme 2010



Comment soigner le plus naturellement possible les petits maux de tous les jours sans refuser l'allopathie quand cela est nécessaire ?

Passionnée par la naturopathie et par la nutrition, je vous propose des tables rondes mensuelles d'informations sur un thème donné.

Au cours de celles-ci, nous échangerons sur les divers soins naturels à notre disposition pour traiter un symptôme donné ou sur un aliment spécifique.

Ces tables rondes se veulent conviviales et constructives entre les participants et moi-même.

Jeudi 28 janvier 2010

Comment se reconnaître dans les labels de qualité ?

Jeudi 11 février 2010

Cholestérol, hypertension, varices... : quels soins naturopathiques complémentaires ?

Jeudi 18 mars 2010

Gluten et lait de vache : allergies et alternatives.

Jeudi 8 avril 2010

Huiles essentielles : utilisation, application et limites.

Jeudi 6 Mai 2010

Cru ou cuit : que choisir ?

Jeudi 10 juin 2010

Aliments, climat et saison : quels liens pour une bonne santé ?

Jeudi 16 septembre 2010

Quels aliments consommés pour un hiver confortable ?

Jeudi 14 octobre 2010

Déprime hivernale : pourquoi et comment passer le cap ?

Jeudi 18 novembre 2010

Vapeur, vapeur douce, étouffée ...?
Modes de cuisson et aliments.

Jeudi 16 décembre 2010

Le textile : une seconde peau.
Lequel choisir ?

Ces tables rondes sont animées par Isabel Jimenez, naturopathe (Ecole Masson, CENA) formée en diététique.