

La naturopathie au sein de l'entreprise

*Qui, aujourd'hui, n'a pas envie de prendre davantage soin de soi, des siens, de sa santé, de son corps ?
Qui n'aspire pas à un bien-être au travail ? Et si agir dans ce sens commençait par faire de l'entreprise le lieu
qui dispense les bonnes informations, la boîte à outils pour préserver énergie et sérénité ?*

Vous êtes chef d'entreprise, directeur des Ressources Humaines, « happiness officer », responsable d'un comité d'entreprise... et l'innovation, la cohésion sociale, l'écoute et l'intérêt de vos collaborateurs font autant partie des mantras de votre boîte que la productivité et la rentabilité.

Vous souhaitez agir pour un mieux-être au travail, alors vous aurez à cœur de leur délivrer les indications essentielles, les gestes simples à la portée de tous pour préserver ou recouvrer la santé.

Je vous propose une formule originale !

INTRODUCTION À LA NATUROPATHIE

Dans un premier temps, je me propose de venir faire gratuitement une introduction à la naturopathie, ses principes, son histoire. Au fil d'une présentation, qui va de 45 mn à 1h15 selon le temps imparti, je ferai état des pathologies qu'elle traite, avec quels moyens naturels pour, au final, une pratique et des résultats si probants qu'il n'est pas étonnant de voir un nombre croissant de Français y recourir aujourd'hui.

Si cette première approche fait mouche et donne envie à vos collaborateurs d'en savoir davantage sur les moyens de gagner en énergie et en mieux-être, je reviens avec une formule payante !

LA NATUROPATHIE AU SERVICE DE L'ENTREPRISE

Trois présentations (toujours de 45mn à 1h15 selon la demande, et suivies d'un temps de questions-réponses) sur des sujets primordiaux, mais largement ignorés du grand public alors qu'ils sont essentiels pour le maintien de la santé et de la vitalité : les différentes causes de fatigues ; les bonnes et mauvaises graisses ; les anti oxydants vs les radicaux libres.

Rien qu'avec ces trois thèmes, on balaie l'essentiel des petites et grosses maladies qui impactent l'existence, dénaturent l'investissement au travail, produisent de l'absentéisme. Les prévenir et les combattre par des choix pertinents au quotidien permet à tout un chacun de redevenir acteur à part entière de sa santé.

Quatre présentations



INTRODUCTION À LA NATUROPATHIE

- De quoi s'agit-il, d'où vient-elle ?
- Ses grands principes : médecine holistique, de terrain et de l'encrassement
- Les pathologies traitées
- Les techniques utilisées
- Le déroulé d'une consultation



LES FATIGUES

- Les différentes causes de fatigue, comment les repérer et y remédier ?
- Première cause : les carences en vitamines, minéraux et oligo éléments
- Deuxième cause : le déséquilibre acido-basique
- Troisième cause : la fatigue surrénalienne



LES OMEGA 3, 6 ET 9

- Distinguer le bon du mauvais gras
- Pour retrouver de l'énergie
 - Pour prévenir les maladies cardio-vasculaires
 - Pour protéger ses cellules
 - Pour lutter contre l'inflammation



LES ANTI-OXYDANTS

- Qu'est-ce que le stress oxydatif ?
- Pourquoi est-il capital d'en réduire l'impact ?
- Comment s'y prendre ?
- L'alimentation anti-oxydante

AUTRES THÈMES POUR DES CONFÉRENCES ULTÉRIEURES

- Les principes fondamentaux (et faciles à mettre en place) pour une bonne hygiène de vie
- L'alimentation, fondement de la santé
- L'alimentation anti-stress
- L'intestin : l'organe capital pour le maintien de la santé
- Le foie : pourquoi est-il si essentiel de le chouchouter ?
- Haro sur le gluten et le lactose : effets de mode ou réels dangers pour la santé ?
- Le cholestérol : faut-il s'en méfier ?
- Le sommeil : déterminer la cause de ses insomnies pour y remédier
- Les huiles essentielles : une alternative efficace et naturelle aux médicaments



ME CONTACTER

06 74 95 62 90

contact@ginkgoetbiloba.com

ginkgo & biloba