

Mercredi 5 juin 2019 à 20 H

Hélène ALTHERR

« Végétarien ? Végan ?

Omnivore ? Seul mon corps le sait. »

Lieu : Espace Yvette Martinet - 15, avenue des îles - Annecy



Vous cherchez votre alimentation dans la jungle actuelle ? Venez comprendre à quel point vos besoins alimentaires sont peut-être très différents de ceux de votre conjoint, de vos amis, collègues ou voisins ! Votre carburant est unique : il ne peut pas être défini par des recommandations standardisées ni par les modes passagères de

certaines approches alternatives. Le végétarisme est idéal pour certains. Il en conduira d'autres à un effondrement hormonal, nerveux et immunitaire...

Car nous avons hérité des cueilleurs et des chasseurs d'antan, avec des nuances parfois bien marquées !

La projection du tendre et magnifique documentaire « **Le monde selon Tippi** » permettra de (re)découvrir le mode de vie d'un peuple de cueilleurs-chasseurs : nul besoin d'intellectualiser la nutrition. Car là est la clé : débrancher le mental et partir à l'écoute des messages de son corps... Pour mieux respecter ses besoins individuels.

Plus d'info sur www.acteur-de-ma-sante.net

www.groupe-sante-annecy.com

**Billetterie sur place
le jour de la conférence !**

- Tarif unique 15€

E-mail : contact@groupe-sante-annecy.com

Tél. : 07 68 28 52 64

Adresse postale du GSA

8, rue Notre Dame 74000 Annecy

Association loi 1901 - Créée en 1980