



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



Entretenir son système immunitaire pour entretenir sa santé

**VENDREDI
21 FEVRIER 2020
de 14h30 à 16h30
au Centre Social et Culturel Lavieu**

avec **Nathalie FOSSE**
Naturopathe

Echange - Débat - Discussion

Rencontre gratuite et ouverte à toutes !

Notre système immunitaire est une des clés de voûte de notre santé, rempart contre les virus et autres microbes, indépendamment des maux de l'hiver et tout au long de l'année :

- Comment le renforcer ?
- Comment l'entretenir ?
- Comment en prendre soin pour être au top de sa santé ?



**Venez échanger et avoir des conseils
et solutions pour y parvenir !**

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