

## Encore quelques places jeudi prochain ! « Aromathérapie, pour se sentir bien, de façon saine ! »



Encore quelques places jeudi prochain ! « Aromathérapie, pour se sentir bien, de façon saine ! »

**Le 23 mars 2023 dès 7h45**

Après plusieurs mois et comme promis, **Carole Bordin-Chaudruc** revient après La Matinale sur la **Lithothérapie**

**l'aromathérapie** et donner des recettes simples qui marchent pour gérer le stress,, les émotions ou les douleurs.

Carole est médium depuis son plus jeune âge. Elle a développé cette **faculté afin d'apporter son aide** aux personnes qu'elle rencontre. Elle utilise différentes techniques telles que l'hypnose, l'EFT, la lithothérapie, la réflexologie, l'aromathérapie et la communication avec les animaux.

Pour cette Matinale, elle nous donnera quelques **astuces pour améliorer notre bien-être au travail** (et dans la vie de tous les jours) ainsi que des conseils d'utilisation de ces composés aromatiques de plantes qui ont des **bienfaits insoupçonnés sur la santé** !

Cette Matinale sera une fois de plus l'occasion de prendre conscience des outils dont nous disposons à portée de main afin **d'améliorer notre quotidien**

**Nous en profiterons aussi pour partager un petit déjeuner offert par notre partenaire l'ACAL. Merci à Ligardes BricoElec pour le café local Di Constanzo.**

Inscrivez-vous dès maintenant !

Si vous souhaitez **animer une matinale ou suggérer une thématique**, contactez-nous !