

# PRÉVENTION SANTÉ

Une bonne hygiène de vie pour être en pleine santé !

avec Sébastien Hermann, Praticien  
de santé, Naturopathe à Dounoux

Enseignant à la Faculté Libre de  
Naturopathie de Dijon

**Mardi 04 avril 2017**  
Conférence – débat  
Ouverte à tout public



- *Pourquoi prévenir plutôt que guérir ?*
- *L'alimentation*
- *Le stress, le sommeil, la dépression*
- *L'activité physique*
- *Pourquoi toutes ces maladies chroniques ?*
- *Quels sont les moyens naturels à notre disposition ?*

**Animation gratuite organisée par la Maison de services au public**

**3, rue Charles Gérôme  
88270 DOMPAIRE**

**Pôle Culturel - 2<sup>ème</sup> étage  
14h00 - 16h00**

