

Forums santé

Regards croisés sur un thème, échanges, partages d'expériences en présence de professionnels de différentes disciplines, de témoins et de vous !

Fr. 10.— sans inscription

Les régimes ça marche ! oui mais est-ce que ça dure ?

Certaines personnes arrivent à perdre du poids en suivant des régimes. Comment fonctionnent ces régimes à la mode ? Pourquoi 95 % des personnes reprennent les kilos perdus ? Regards croisés sur un thème qui tient l'actualité en haleine depuis des décennies.

Mardi 17 janvier 2012, à 19h

Ménopause au naturel

A l'âge de la pré-ménopause et de la ménopause, les médecines alternatives sont extrêmement présentes et efficaces. Homéopathie, phytothérapie, aromathérapie ou encore oligothérapie... Sans oublier l'alimentation, variée et équilibrée, elle est la base même de la bonne santé (cœur et os), surtout si elle est associée à une pratique sportive adaptée. Regards croisés sur un thème important de la vie d'une femme.

Mardi 13 mars 2012, à 19h

Les prises de risques et les jeunes

La prise de risques, relevant du rite de passage de l'enfance à l'adolescence est une conduite où le jeune recherche son indépendance, son autonomie. Il s'agit souvent d'être capable de faire quelque chose de nouveau, d'interdit, de transgresser les limites, l'autorité. Regards croisés sur ce thème qui tient du défi à relever.

Mardi 22 mai 2012, à 19h

Pour vous inscrire : www.espace-prevention.ch/nord