

Art Mouvement et Santé à Limogne en Quercy

Programme 2018



ATELIERS SANTE

avec Emmanuelle Ams

naturopathe certifiée du Cena , *Centre Européen de Naturopathie appliquée*
et diplômée de *l'Université d'Education Physique de Pékin*, spécialisée dans
les exercices de santé
Qigong et Taijiquan

Réservations et inscriptions:

06 63 90 79 92

ATELIERS SANTE

Samedi 17 mars

**PORTER UN AUTRE
REGARD SUR LE CANCER
ET ETRE ACTEUR DE SA
SANTE**

Samedi 14 avril:

**LES MALADIES OSSEUSES
ET ARTICULAIRES**

Mardi 1er mai :

**LES MALADIES DU FOIE ET
DE LA VESICULE BILIAIRE**

Samedi 19 Mai :

LES MALADIES DES YEUX

Samedi 16 Juin:

**HYGIENE DE VIE DE LA
FEMME ENCEINTE ET
ALLAITANTE +
MENOPAUSE EN
DOUCEUR**

Tarif : 5 euros

**BOOSTER SON
IMMUNITE**

**SAVOIR L'ESSENTIEL
EN NUTRITION**

**PRENDRE SOIN DE
SOI**

Horaires:
14h 15h et 16h 17h

L'Association Art Mouvement et Santé a pour but de sensibiliser et promouvoir des méthodes de santé et de bien-être naturels. Emmanuelle Ams organise des ateliers santé collectifs dans le but de vous aider à prendre en main votre santé. Sont également à votre disposition :

- **des consultations individuelles sur rendez vous** avec soins et traitements à base d'aromathérapie, gemmothérapie, organothérapie, compléments alimentaires , des conseils en nutrition

-**soins énergétiques**: digitopuncture, réflexologie, rééquilibrage du Qi dans tous les méridiens

-**exercices de santé issus de la médecine et des arts traditionnels chinois**, Qigong et Tai chi chuan et plus particulièrement la méthode du Professeur Zhang Guang De : **méthode DAOYIN YANGSHENGONG** reconnue en Chine, en France par le Ministère des Sports et de la Santé , enseignée à l'Université d' Education Physique et de Médecine traditionnelle

ATELIERS QIGONG

de Février à Juin

- Rééquilibrage du Qi
dans tous les Méridiens
- **Yi jin jing muscles ,
articulations et tendons**
Qigong du Foie et
Vésicule biliaire 7V

Tarif : 10 euros

**Maison des Associations
avenue de Villefranche, 46260 Limogne en Quercy**