

## « Qui est le pilote de votre santé? »

Conférence animée par Marie-Hélène Voyer, Ostéopathe

Comment devenir pilote de votre santé avec peu de connaissances sur le fonctionnement de votre corps?

Vous possédez un véhicule ultra performant dont vous ne comprenez pas toujours la mécanique et malheureusement cela vous force constamment à chercher le poste de travail optimal, le médicament miracle ou encore le thérapeute qui pourra vous sauver.

Mais pourquoi se contenter du siège passager quand on peut prendre le volant?

Le corps humain c'est un peu comme une voiture, il faut savoir l'entretenir pour le garder le plus longtemps possible en état de marche et plus vous comprenez son fonctionnement , moins vous aurez peur du moindre problème technique. La seule personne qui doit garder le contrôle, c'est VOUS!

Cette conférence vous permettra de déconstruire vos idées préconçues sur le corps humain et comprendre les interactions qui l'animent et font la diversité de vos « bobos » du quotidien. Saviez-vous qu'une douleur de cou peut venir de votre foie ou que vous possédez plus de gènes bactériens que humain dans votre corps?

L'ADN ne contrôle pas votre devenir, l'alimentation peut changer vos comportements... votre hygiène de vie vous façonne.

Apprenez les bases du fonctionnement de votre belle machine, réintégrez chaque partie comme un TOUT pour ne plus être passif et ainsi gagner en autonomie!