Jeudi 13 juin 2019 • de 19 h 30 à 21 h 30

Les effets du jeûne sur la santé

Damien PAUQUET,
Diététicien - Nutritionniste du sport

Échanges avec le public à l'issue de la conférence.

Résumé
Le jeûne est une thérapie millénaire qui est utilisée pour ses vertus diététiques et thérapeutiques. En effet, une diète de plusieurs jours permettrait de régénérer l'organisme, de purifier la peau ou encore d'améliorer son bien-être. Mais sachez que pour suivre une telle pratique, il est nécessaire de respecter quelques règles. Quels sont les bienfaits du jeûne sur la santé ? Représente-t-il un danger pour le corps et la santé ?

Pour répondre à toutes ces questions, n'hésitez pas à nous rejoindre à ce Jeudi Santé.

S'informer, c'est bon pour la Santé !

Lieu : Salle des Fêtes de l'IPES de Huy • Avenue Delchambre, 6 - 4500 HUY

Conférence gratuite et ouverte à tous sur réservation

04/ 279 43 40
iproms@provincedeliege.be
http://provincedeliege.be/fr/jeudisante



13 juin 2019