

DR. BARRY BREGER,

MÉDECIN DE FAMILLE AVEC APPROCHE NUTRITIONNELLE / HOLISTIQUE / ORTHOMOLÉCULAIRE

ET RENÉE DAGENAI,

MAÎTRE DE YOGA, FONDATRICE DU CENTRE YOGA-SANTÉ



VOUS PRÉSENTENT LA CONFÉRENCE

LE YOGA DE LA NUTRITION

Vous reconnaissez-vous dans les maladies ou symptômes suivants?

- **La fatigue persistante, les troubles du sommeil**
- **les otites ou les troubles d'attention chez l'enfant?**
- **la dépression ou l'anxiété,**
- **les troubles de la digestion ou de la peau**
- **l'embonpoint, l'asthme, des migraines etc.**

Les allergies ou les intolérances alimentaires, que les tests de routine sont incapables de déceler, sont souvent à l'origine de ces problèmes.

VENEZ APPRENDRE :

- **comment identifier et éliminer les allergies ou intolérances alimentaires**
- **comment reconnaître rapidement les symptômes subtils de maladies**
- **comment utiliser les bons outils pour retrouver la paix et le calme intérieur, antidote aux effets néfastes du stress.**

COÛT : \$20

QUAND: Jeudi, le 11 février à 19 heures

LIEU: Presbytère de l'Église de St-Sauveur

205, Principale à St-Sauveur-des-Monts

(à gauche de l'église derrière le stationnement, au sous-sol)

INFO : 819-563-8199 ou 450-226-3195, rdagenais@infosante.ca

DR. BARRY BREGER,
FAMILY DOCTOR WITH A NUTRITIONAL / HOLISTIC / ORTHOMOLECULAR APPROACH

AND **RENÉE DAGENAIS,**
YOGA MASTER, FOUNDER OF THE YOGA-SANTÉ CENTER



INVITE YOU TO THE CONFERENCE

THE YOGA OF NUTRITION

Do you recognize yourself in the following diseases/symptoms?

- **chronic fatigue, sleep disturbances**
- **depression or anxiety**
- **digestive difficulties or skin problems**
- **excess weight**
- **ear infections or hyperactivity/attention deficit in children. etc.**

These diseases/symptoms are often caused by hidden food allergies or intolerances that you are not aware of and that standard testing do not detect.

COME AND LEARN :

- **how to identify and eliminate food allergies and food intolerances**
- **to become more conscious of your body-mind and quickly recognize subtle symptoms of disease**
- **methods to help you calm yourself and find inner peace, the antidote to the negative effects of stress.**

COST: \$20

WHEN: **Thursday, February 11, 2010 at 7 pm**

WHERE: **Presbytery of the St-Sauveur Church**

205 Principale, St-Sauveur-des-Monts

to the left of the church behind the parking lot, in the basement)

INFO: 819-563-8199 or 450-226-3195, rdagenais@yogasante.ca