

La NATURO sur France 3 Bretagne



9H50 le matin
BRETAGNE

Présenté par
Laurence Postic
Lundi, mardi, jeudi, vendredi à 9h50

Sortir de la fatigue avant qu'elle ne devienne chronique



Avec

Georges SCUDELLER

Naturopathe MTE, Aromatologue,

www.monnaturopathe.fr

Après les fêtes, au cœur de l'hiver, l'impression de fatigue peut être justifiée par des journées moins longues et moins ensoleillées, des repas plus copieux qui ont consommé notre énergie, des périodes d'infection qui ont sollicitées notre système immunitaire ou, tout simplement, le rythme imposé par la société.

Ces facteurs peuvent avoir impacté notre sommeil, ou consommé nos ressources. Souvent observé au sein de la population, un déficit en Vitamine D affectera la résistance, le système digestif et musculaire. En fonction de la période de la journée où la fatigue se fera le plus sentir, un déficit en certains Oligo-éléments pourra être identifié.

Il est encore temps de réagir, avant que cette fatigue ne s'installe !

Ce sujet vous intéresse : rejoignez-nous

le :

Mardi 31 janvier 2017 – à partir de 9h50

Sur France 3 BRETAGNE dans le magazine d'information régional
« 9h50 LE MATIN Bretagne » Avec la journaliste Laurence Postic



Informations complémentaires auprès de :

g.scudeller@monnaturopathe.fr

ou en replay sur :

<http://france3-regions.francetvinfo.fr/bretagne/emissions/bretagne-matin>