



INSTITUT POUR LA PROTECTION
DE LA SANTÉ NATURELLE

Le droit de se soigner autrement

LA JOURNÉE VITALITÉ ET SANTÉ

POUR BIEN DÉMARRER L'AUTOMNE

**Samedi 28 Septembre 2019
de 9h30 à 19h**

2 avenue Stéphane Mallarmé, Paris 17

Inscriptions sur WWW.IPSN.EU

**Profitez des conseils de médecins et d'experts pour une
saison 100% réussie et apaisé : anti-stress, bien-être,
Chrono-nutrition, gestion de vie, sexualité, motivation...**

Avec en exclusivité : Dr Alain Delabos, François Michalon, Dr Ali Afdjei,
Fabienne Amiach, Marc Vankenhove, Michel Cavard & Dr Steve Abadie-Rosier

Programme

9h30 **Mot d'introduction,**
par Augustin de Livois, Président de l'IPSN et de CISN Productions.

9h40 - 10h30 « **L'urgence de vous sauver du stress et retrouver votre équilibre** »,
par le Dr Ali Afdjei, médecin urgentiste, médecin des catastrophes et du sport,
Co-auteur de *Burn-out : Le vrai du faux !*,
avec le Dr Alain Delabos et François Michalon

10h30 - 11h20 « **Découvrez les nouvelles clefs du succès et l'état d'esprit de la réussite !** »,
par François Michalon, conseiller en ressources humaines.
Auteur de *Les meilleures astuces pour réussir sa vie*

11h20 - 12h30 « **La Chrono-nutrition, alimentation de l'avenir ?** »,
par le Dr Alain Delabos, médecin nutritionniste, père de la Chrono-nutrition.
Auteur de *Mincir sur mesure grâce à la Chrono-nutrition*

12h30 - 14h00 Temps pour le déjeuner

14h00 - 14h40 « **Votre santé dépend-elle de votre argent ?** »,
par Marc Vankenhove, conseiller financier.
Auteur de *Comment investir en bourse*

14h40 - 15h30 « **Le sexe, un allié contre le stress** »,
par le Dr Steve Abadie-Rosier, psychiatre, psychanalyste et sexologue.
Auteur de *Les perles chez le sexologue*

15h30 - 16h00 Pause

16h00 - 16h45 « **Cultiver son jardin intérieur, faire pousser les mots, afin de combattre les maux** »,
par Fabienne Amiach, journaliste météo.
Auteure de *Le potager des grosses légumes*

16h45 - 17h00 Interlude : « **Découvrez le monde imaginaire d'Artur et de l'Etoile Bleue** »,
par Michel Cavard, journaliste et chroniqueur radio.
Auteur de *Artur et l'Etoile Bleue*, préfacé par Francis Lalanne

17h00 - 18h00 « **Apprendre à vivre mieux, plus équilibré et plus joyeux** »,
Table ronde avec tous les intervenants, animée par Michel Cavard

18h00 - 19h00 **Vente et dédicaces de livres** autour d'un verre de la convivialité