



COMPRENDRE POUR MIEUX SE PORTER

tao attitude : le manifeste

Plus notre espérance de vie augmente, plus nous nous posons des questions sur notre bien être, notre santé et ce que nous mangeons. Les réponses des experts sont insatisfaisantes, noyées dans un flot d'annonces souvent contradictoires. Notre objectif est de trouver les points de repère qui vont nous aider à nous prendre en main pour vivre et vieillir mieux : trier l'information et sélectionner quelques produits naturels.

En quelques mots

Si vous lisez ces lignes c'est sans doute que vous avez envie de (re)prendre votre bien-être en main. C'est à dire : comprendre ce que vous mangez et ce que vous faites avec votre corps, pour ensuite modifier vos habitudes, dans le but de mieux vous porter.

D'abord il faut comprendre. Alors éduquons-nous. C'est pourquoi l'info par l'actu est la base de notre démarche. En mettant les choses en perspective, découvrons des compléments alimentaires qui peuvent nous protéger et des produits naturels qui nous "simplifient" la vie. Grâce à l'info, libérons du discours des industriels quant à ce qui est bon pour nous, et aussi retrouvons notre sens du toucher.

Nous pouvons réapprendre à faire nos propres choix de nutrition et de santé, car nous ne sommes pas trop bêtes pour comprendre le monde dans lequel nous vivons.

+

www.tao-attitude.com,

et aussi le blog : www.tao-attitude.net.

Et pour nous parler ☎ 0870 448 447