

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

POUR DIFFUSION IMMÉDIATE

**« Mon corps me parle »
La quête intérieure d'une olympienne vers le bien-être et la santé**

Mont-Saint-Hilaire, le 26 janvier 2015 - Dans le cadre des conférences de **Källa santé**, gens d'affaires et public sont invités à venir entendre la conférencière-invitée **Catherine GARCEAU**, médaillée Olympique, coach en mieux-être, ainsi qu'une auteure et conférencière en motivation et santé dynamique. L'évènement aura lieu le 17 février à Beloeil, une source d'inspiration pour les **gens d'affaires** au cours d'un **midi-conférence** au Bouche-Bée au 919, boul. Laurier, Vieux Beloeil. Pour le **public**, la soirée-conférence se tiendra à **19 h 30** au Centre communautaire Trinité-sur-Richelieu au 360, boul. Sir Wilfrid Laurier, Beloeil. La conférence en soirée est gratuite pour les étudiants. Dans tous les cas, l'inscription est obligatoire.

Suite à sa carrière en nage synchronisée, gagnante de la médaille de Bronze aux Jeux Olympiques de Sydney, **Catherine Garceau** a poursuivi un cheminement de guérison non conventionnel durant lequel elle était déterminée de trouver les causes premières de ses troubles de santé avec les compulsions alimentaires et la dépression. Depuis, elle a plongé profondément sa démarche vers l'alimentation et le bien-être et a découvert de nombreuses sources de toxicité présentes dans le monde d'aujourd'hui.

À propos de Källa santé

Källa santé vise à favoriser un temps d'arrêt, porter une réflexion sur la sensibilisation de son Capital santé et sur la responsabilité individuelle; partager les enjeux et les pistes de solutions entourant **la prévention de la maladie et la gestion de la santé**; promouvoir les facteurs naturels favorisant la santé plaçant l'humain dans sa globalité pour le bien-être et la qualité de la future longévité, et qui peut s'exprimer sur différents plans : physique, psychologique, émotionnelle, environnementale. Källa santé s'entoure de collaborateurs et de professionnels de la santé pour mener à bien la sensibilisation du Capital santé au Québec et à véhiculer certains enjeux et pistes de solutions portant sur la prévention de la maladie, des malaises et l'éducation de la santé et aider les gens vers une assurance-santé-bien-être.

Conférencière-invitée

Catherine Garceau détient un certificat en psychologie de l'alimentation, des années de recherche dans le domaine de la nourriture et des connections corps-esprit, et une formation en TLE (Techniques de Libération Émotionnelle). Le thème de la conférence « **Mon corps me parle** » porte sur une approche en conscience émotionnelle qui encourage l'écoute des signes précurseurs du corps. En mars prochain, elle mène une retraite en transformation totale à Hawaï: www.mybodyloves.com. Catherine est l'auteure du livre « **Nager hors de L'EAU** », publié par les Éditions Le Dauphin Blanc inc. Visitez son blogue ici : www.catherinegarceau.com/francais

Midi-conférence : <https://eventbrite.ca/event/15441466843/>

Soirée-conférence : <https://eventbrite.ca/event/15443621287/> Étudiants : inscription obligatoire sur info@kallasante.ca

Contact :

Louise Roberge, N.D., S.E.S.
Fondatrice Directrice générale
Källa santé
514-618-9747
info@kallasante.ca
www.kallasante.ca