

Mincir en douceur “Comme je m’aime”

“Je perds des kilos de manière durable”

Perdre du poids est une chose très difficile, je ne vous apprend rien... Pour vous aider, je vous propose de vous accompagner vers une meilleure estime de vous-même grâce à un travail sur vos émotions et à un meilleur équilibre au quotidien en passant par des conseils alimentaires bien sûr, mais aussi, des conseils à base de plantes, huiles essentielles, auto-massage pour agir de manière globale.

Forfait “accompagnement privilégié”

- 2 séances de naturopathie : bilan et consolidation
- 1 séance de magnétisme humaniste
- 1 séance de shiatsu sur chaise

=> *total* : 180 €

Forfait “Accompagnement durable”

- **Une séance de bilan** accompagné de conseils alimentaires, et autres conseils naturopathiques adaptés à votre demande.
- **2 séances de suivi** (2 mois après et 6 mois après)
- **1 séance de Magnétisme humaniste** : pour permettre de se recentrer sur son être intérieur et tenter de comprendre certains blocages éventuels en lien avec la problématique.
- **2 ateliers natur’ô pratiques personnalisés et individualisés (à déterminer ensemble)** :
 - réalisation d’un roll-on, stick inhalateur ou huile de massage (à base d’huiles essentielles adaptées à vos besoins)
 - Apprendre les gestes d’auto-massage
 - Ou autre, selon les besoins, demandes ou attentes.
- **Techniques manuelles** : Réflexologie plantaire et Shiatsu sur chaise

=> *Total* : 350 € (payable en quatre fois : 88,75 €)

Votre praticien ne se substituera en aucun cas à un protocole médical mis en place, et n’a aucune

vocation à donner un quelconque diagnostic, seul un médecin est compétent pour cela.