



ATELIERS BIEN-ÊTRE TENDANCE BONHEUR

13 & 14 AVRIL 2024
La Charpinière à Saint-Galmier (42)



MARILYNE VERNAY

PORTRAIT PARTENAIRE

NATUROPATHE

CONTACT

Marilyne Vernay

Consultations sur RDV

uniquement

au 29 Rue de la République
à La Ricamarie

06 81 70 79 79

contact@marilynevermay.fr

<https://marilynevermay.fr>

PRATIQUE

Complémentaire au parcours de soin allopathique, la naturopathie utilise des outils naturels pour répondre aux troubles et déséquilibres de l'individu.

Elle s'adresse à tous pour accompagner et réduire les douleurs, troubles fonctionnels ou émotionnels, aider à conserver ou retrouver une vitalité profonde et durable.

En tant qu'éducatrice de santé, son objectif est de vous aider à retrouver l'équilibre en redevenant acteur de votre santé.

Marilyne propose des accompagnements individuels et des animations en collectif.

L'accompagnement individuel s'appuie sur les piliers suivants :

- Alimentation et hydratation
- Le mouvement et la respiration
- Le repos et le sommeil
- La stabilité de l'esprit et la gestion du stress

L'accompagnement est personnalisé et adapté à votre quotidien. Au gré du cheminement, les conseils sont ajustés au besoin.

LES BIENFAITS POUR DES MAUX

Les troubles de la digestion, du sommeil, de la peau, des cycles féminins...

ATELIERS PROPOSES

Ateliers individuels et ateliers collectifs

«Tendance bonheur n'est pas un salon-atelier comme les autres. Il a pour mission d'inspirer chacun d'entre nous et raconter l'histoire de ce que peut être le monde de demain...».