



L'endométriose

Mieux vivre l'endométriose avec

LA NATUROPATHIE
&
LA RELAXATION
EMOTIONNELLE



UN ATELIER POUR COMPRENDRE LA PRISE EN CHARGE DE L'ENDOMETRIOSE PAR LA NATUROPATHIE ET PAR LA GESTION PSYCHO-CORPORELLE DES DOULEURS ET DU MORAL.

Parce que beaucoup d'entre-vous êtes concernées par ce handicap, Annelise et Katia, vous proposent de découvrir, approfondir, stabiliser vos connaissances pour vous doter de nouvelles approches, tant sur l'accompagnement physiologique que dans le soutien psycho-corporel.

On vous a conseillé de changer votre alimentation, mais vous ne savez pas par où commencer ?

Vous avez déjà réalisé des changements dans votre alimentation, mais vous vous demandez si vous avez bien fait ? Certaines femmes utilisent aussi des plantes, des compléments alimentaires, ... Mais vous lisez, entendez tout et son contraire sur internet. Comment s'y retrouver ?

Quelles sont les priorités ?

Comment aider le corps en souffrance, quelles outils et techniques peuvent atténuer les douleurs et soutenir le moral ?

A QUI S'ADRESSE CET ATELIER ?

Pour toutes les femmes qui ont reçu un diagnostic d'endométriose et celles qui sont en cours de diagnostic.

Pour leurs proches, qui ont envie de mieux comprendre ce que vivent leur femme / sœur / fille / amie / ...

CONTENU DE LA JOURNEE

Qu'est-ce que l'alimentation anti-inflammatoire et comment débiter ?

En dehors de l'alimentation, quels autres leviers puis-je actionner pour soulager l'endométriose ?

Expérimenter plusieurs ateliers de relaxation pour découvrir les outils qui vous correspondent, adapter chaque pratique à votre gestion des douleurs, périodes inflammatoires...

MODALITES

L'atelier sur une journée comprenant l'ensemble des prestations proposées – 60€ (virement, chèque ou espèces).

Maximum 10 personnes.

Repas tiré du sac

OU ? A Saint-Louis (68), adresse indiquée au moment de la réservation.

Il est impératif de réserver votre participation par mail : lescheminsdelequilibre@gmail.com ou

AnneliseSleiman@gmail.com ; par sms ou appel 0614101149 (katia) ou 0682051330 (Annelise) ; par messenger ; whatsapp.

QUI SOMMES-NOUS ?

Avant toute présentation professionnelle, nous sommes 2 femmes, l'une souffrant d'endométriose (Anne-Lise) et l'autre est maman d'une jeune femme atteinte de ce trouble depuis 13 ans (Katia) qui avons souhaité mettre en commun nos compétences, nos spécialisations et nos expériences acquises par la force des choses au fil des années.

Annelise Sleiman – Praticienne en Naturopathie – 44B, rue d'Alsace 68400 RIEDISHEIM

WWW.NATURO-CONSEILS-RIEDEISHEIM.COM

Katia Muller – Accompagnement psycho-corporel depuis 2007 – 31, ave de Bâle 68300 SAINT LOUIS et 8B rue Principale 67870 BISCHOFFSHEIM.

WWW.LES-CHEMINS-DE-LEQUILIBRE.FR