

L'Hypothyroïdie

Vivre plus sereinement l'hypothyroïdie avec

LA NATUROPATHIE & LA RELAXATION EMOTIONNELLE



Un atelier pour comprendre comment vivre sereinement les troubles de la thyroïde par la naturopathie et par l'approche psycho-corporelle .

Parce que beaucoup d'entre-vous êtes concernés, Anne-Lise 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 ?

Certains 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 ?

Que faire en-dehors du rééquilibrage alimentaire ?

Comment aider le corps qui a changé, quelles outils et techniques peuvent atténuer les symptômes, aider à réguler le poids et garder le moral ?

Pour qui ?

- Pour tous ceux qui ont reçu un diagnostic ou ceux qui sont en cours de diagnostic.
- Pour ceux qui ont des difficultés à stabiliser le dysfonctionnement.
- Pour les proches, qui ont envie de mieux comprendre ce que vivent les personnes vivant avec un trouble de la Thyroïde
- Aborder les symptômes méconnus d'un trouble de la Thyroïde qui peuvent faire penser à d'autres soucis de santé.

Contenu

- Qu'est-ce que l'alimentation thyroïde like et comment débiter ?
- En dehors de l'alimentation, quels autres leviers puis-je actionner pour vivre sereinement avec ce trouble?
- Expérimenter plusieurs ateliers de relaxation pour découvrir les outils qui vous correspondent.

Modalités

- L'atelier sur une journée comprenant l'ensemble des prestations proposées – 60€ (virement, chèque ou espèces). Maximum 10 personnes.
- Repas tiré du sac
- 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.
- Où : A Saint-Louis (68), adresse indiquée au moment de la réservation.

Qui sommes-nous ?

Avant toute présentation professionnelle, nous sommes 2 femmes, qui rencontrons beaucoup de personnes épuisées par un parcours dont les réponses généralisées leurs sont inadaptées. Nous avons souhaité mettre en commun nos compétences, nos spécialisations et nos expériences acquises par la force des choses au fil des années.

Anne-Lise 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