



Qui suis-je ?

Je suis Frédérique PINTO,
Praticienne naturopathe diplômée,
adhérente de l'**OMNES** (organisation
professionnelle des naturopathes).

Captivée par la puissance de la nature et
par cette fabuleuse machine qu'est le
corps humain, je vous **guide** pour
reprendre en main votre santé et vous
**enseigner les clés essentielles de votre
vitalité.**



Cabinet au
6 rue honoré de Balzac
01700 St Maurice de Beynost

Contact

07 82 01 03 51

frederique.naturopathe@gmail.com
www.vitalitesurmesure.fr



Naturopathie
Réflexologie - bien-être



Frédérique PINTO

07 82 01 03 51

Le naturopathe n'est pas un médecin, il n'effectue pas de diagnostic, il ne prescrit pas de traitement. Vous ne devez en aucun cas arrêter un traitement médical sans l'avis de votre médecin. Ne pas jeter sur la voie publique. Crédit photos : pexels, pngtree premium, Frédérique Pinto.

www.vitalitesurmesure.fr

Votre corps vous parle

Intolérances alimentaires, allergies, troubles digestifs, troubles de la fertilité, maladies chroniques, fatigue, stress, burn-out... sont, entre autres, les signes que l'équilibre de notre corps est perturbé.

En cause : Nos modes de vie modernes

Mieux se connaître et agir pour sa santé

Vous souhaitez

- ✱ Identifier les forces et les faiblesses de votre corps
- ✱ Savoir comment prendre soin de vous et de votre famille de manière naturelle
- ✱ Avoir des conseils individualisés
- ✱ Apporter des changements durables et sains
- ✱ Optimiser votre santé et votre vitalité

La naturopathie

Cette discipline ancestrale est **une approche globale** qui agit en prévention, et favorise le retour à la santé aux moyens de **techniques naturelles**.

(Alimentation, plantes, techniques manuelles, respiratoires, hydrologie, équilibre émotionnel, exercice physique, gestion du stress)

Elle est adaptée **à tous, quelque soit l'âge** et à **toutes les étapes de la vie**. (Puberté, examens, fertilité grossesse, ménopause, convalescence...).

Il est temps de prendre soin de vous !

« Si tu écoutes ton corps lorsqu'il chuchote, tu n'auras pas à l'entendre crier »

Sagesse tibétaine

Bilans et conseils personnalisés

- ✱ Bilan de naturopathie (75 min) 60€
- ✱ Séance de suivi (45min) 50€
- ✱ Forfait suivi 3 séances 135€

Soins bien-être du corps

- ✱ Réflexologie plantaire
- ✱ Drainage lymphatique bien-être
- ✱ Massage bien-être Abhyanga

(60 min) 60€

Ateliers et conférences

MJC, associations, entreprises, entre amis...
ex : aromathérapie, fabrication cosmétiques, nutrition santé...
Durée moyenne 2h.

Sur devis

A la carte, au forfait,
ou en programme personnalisé.
Possibilité de bons cadeaux à offrir.