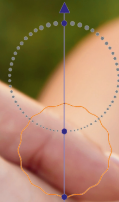


L'EQUILIBRE

Espace Santé & Bien Être

Viviers-du-Lac



Espace Pluridisciplinaire
&
Espace Périnatalité



Pour tous
Famille
Couple
Périnatalité
Enfant & Adolescent
Sportif
Sénior
...

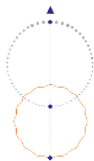
**Retrouvez une
équipe de praticiennes
spécialisées
pour une prise en charge
adaptée et
complémentaire à une
prise en charge médicale**



L'EQUILIBRE

Espace Santé & Bien Être

Viviers-du-Lac



☆ **L'Equilibre est un espace pluridisciplinaire regroupant des praticiennes pour une prise en charge globale tout au long de votre vie.**

Elles sont également spécialisées dans le domaine de la famille. Nous vous proposons une prise en charge complémentaire autour des différentes périodes de votre vie : dans votre couple, de la périnatalité* à l'adolescence , accompagnement de la jeune fille et de la femme (PMA, endométriose, ménopause, ...) .

**** La période périnatale débute lors du désir d'enfant et s'étend jusqu'au un an de votre enfant.***

☆ **Cet accompagnement émotionnel, physique et psychologique est proposé par des praticiens ayant des spécialités dans ces domaines.**

☆ **L'Espace Santé & Bien-Etre L'Equilibre de Viviers du lac (73) a le plaisir de vous présenter ses praticiennes .**

Notre site : espace-sante-bien-etre-lequilibre.com

Contact : 06-81-04-68-06 / Mail : esbe.lequilibre@gmail.com



À la Lueur de mes Mains

Sabrina Metrailler

Praticienne en Massage Bien être et énergétique

Le massage est un ensemble de technique utilisant les mains sur différentes parties du corps à des fins thérapeutiques. Au-delà du corps il y a aussi le cœur et l'esprit qui interagissent ensemble : ils sont indissociables.

Depuis longtemps je pratique le massage intuitif et j'ai également exercé en tant qu'hydrothérapeute, mais il me manquait quelque chose ! Les énergies se sont alors révélées !

J'ai eu la chance d'intégrer la HumAnlife Academy qui met l'humain, le cœur et les connexions au centre de tout ce que nous créons avec Amour ! Je me suis donc formée à plusieurs soins de massages bien être et énergétique.

Mes mains sont mes premiers outils mais j'utilise également les diapasons, les bols tibétains et les baguettes Kansa (Kansa signifie bronze il est considéré comme un métal guérisseur en Inde et à des effets incroyables sur la peau). Les massages seront associés à l'utilisation d'huiles végétales et d'huiles essentielles biologiques toujours en fonction de chaque soin et de chaque âme reçue.

Chaque soin est unique et vous assure un lâcher prise total du corps et de l'esprit, il sera réalisé en accord avec vos besoins du moment.

N'hésitez pas à venir tester de nouvelles expériences et sensations...

☆ **Tarifs : Entre 20€ & 100€ (me contacter)**

☆ **Jour de présence : Mercredi**

☆ **Contact :**

06 10 45 54 45

mail : sabrina.metrailler06@gmail.com



Chiara STEFANI KINÉSIOLOGUE

La kinésiologie ...

La kinésiologie est une approche corporelle douce qui permet d'écouter les réactions du corps afin d'identifier les tensions et les déséquilibres qui influencent votre bien-être. Elle aide à comprendre et à libérer ce qui vous bloque, pour remettre du mouvement et avancer plus sereinement.

Je vous accompagne...

Je vous accompagne avec écoute, bienveillance et respect de votre rythme, pour vous aider à comprendre certains liens entre vos émotions, vos tensions et votre vécu, dénouer des blocages intérieurs et des schémas répétitifs, retrouver clarté, apaisement et confiance. À travers l'écoute fine du corps, nous avançons ensemble vers l'essentiel :

ce qui est juste pour vous, ici et maintenant.

Pour qui ?

La kinésiologie s'adresse aux adultes, adolescents, enfants et nourrissons, notamment en cas de :

- stress, fatigue, troubles du sommeil ou période de transition ;
- difficultés émotionnelles, relationnelles ou d'apprentissage ;
- douleurs, tensions corporelles ou inconforts persistants ;
- manque de confiance, blocages ou perte de repères ;
- besoin de mieux se connaître et de retrouver un équilibre de vie.

Elle peut également accompagner toute problématique qui perturbe votre bien-être au quotidien.

☆ **Tarifs 70€**

Tarifs adaptés pour les étudiants et les demandeurs d'emploi.

☆ **Sur RDV**

☆ **Contact :**

06 23 53 26 04



Fanny HUMBERT

*Ostéopathe
Humain et Animalier*



L'ostéopathie considère le patient dans sa globalité pour déceler les blocages qui freinent sa capacité d'autoguérison.

Elle est utile en prévention ou en curatif: mal de dos, torticolis, entorses, tendinites, maux de tête, douleur de mâchoire, problèmes digestifs, douleurs de règles, troubles du sommeil, stress, chocs émotionnels etc. Je reçois tout le monde : adultes, enfants, seniors, sportifs, nourrissons, femmes enceintes et en post partum.

Egalement ostéopathe animalière passionnée, je soigne les chiens, chats, chevaux, vaches, NAC. Les consultations se font à domicile ou en cabinet.

Je libère les tensions à l'aide de techniques douces; fasciales/tissulaires, structurelles, musculaires, viscérales, crâniennes, émotionnelles/énergétiques, je m'adapte à chaque humain ou animal. Des séances groupées humain(s) + animaux sont possibles, contactez-moi.

☆ **Tarifs :**

Adultes : 60€

Enfants moins de 10 ans: 55€

Animaux : de 30 à 55€ selon l'animal

☆ **Jours de présence : lundi au samedi**

☆ **Contact :**

06 05 13 55 93

Mail : fannyhumbertosteo@gmail.com

Site : fannyhumbert-osteo-humains-animaux.fr



Priscilla Nafela **Hypnopraticienne**

Je vous accompagne en voyage au cœur de vous-même grâce à l'hypnose.
L'inconscient pourra facilement vous aider dans votre cheminement au mieux être.

Que vous ayez besoin d'une aide ponctuelle ou d'un suivi de quelques séances, tout est possible. Nous avançons tous à des rythmes différents, c'est pourquoi il me semble inadéquat de proposer des méthodes « prête à l'emploi ». Ici, on prend le temps de vous écouter et de comprendre ce qui sera adapté à votre situation. Tous les sujets peuvent être abordés et si ce n'est pas de mon ressort, je vous redirigerai vers mes collègues ou autres professionnels.

J'accueille, les adultes, les couples (périnatalité), les enfants et les adolescents.

Attention, ma pratique ne remplace en aucun cas un suivi médical (cours de préparation à l'accouchement y compris), ni un traitement médicamenteux.

☆ **Tarifs :**

- Séance 1h-1h30 : 70€
- Séance enfants/ados: 50€
- 3 séances : 190€ / 5 séances : 320€

Prix étudiants/chômeurs/retraités

☆ **Jours de présence : Lundi**

☆ **Contact :** 06.08.61.90.22
Mail: meta.morph.osez73@gmail.com



Noémie VELLUT
Psychologue - Neuropsychologue

Je vous accueille au cabinet pour des bilans neuropsychologiques pour enfants, adolescents et adultes.

Les bilans permettent d'évaluer le fonctionnement cognitif (mémoire, attention, langage, organisation, planification, fonctions exécutives...) et d'identifier les points forts et les difficultés afin d'orienter vers les prises en charge les plus adaptées. Ils peuvent être réalisés dans le cadre de difficultés d'apprentissage (TDAH, dyslexie, dyscalculie...), mais aussi de pathologies neurologiques telles que les AVC, traumatismes crâniens ou maladies neurodégénératives.

Je propose également un soutien et accompagnement psychologique des aidants, avec un espace d'écoute bienveillant, confidentiel et respectueux, afin d'aider chacun à mieux comprendre les difficultés rencontrées au quotidien.

☆ **Tarifs : Me contacter**

☆ **Jours de présence : lundi & certains samedis**

☆ **Contact : Téléphone : 07 83 62 33 78**

Mail : noemie.vellut@gmail.com

Ou via Terapiz



Sandrine FLAMMIER DACQUIN Praticienne en énergétique Chinoise

La médecine traditionnelle chinoise est un ancien système de santé et de bien-être utilisé en Chine depuis des milliers d'années. Si la médecine occidentale se concentre principalement sur le traitement des maladies, la médecine chinoise prend en compte le bien-être global de la personne.

Efficace à titre **préventif** pour maintenir les fonctions du corps en harmonie, ou à titre **curatif** en cas de maladies, permettant d'apporter un mieux-être, un confort, ralentir l'évolution ou atténuer les effets secondaires.

L'énergétique Chinoise s'applique sur tous les troubles : **Emotionnels, digestifs, de la reproduction, respiratoires, ORL, dermatologiques, du sommeil ainsi que les douleurs musculaires, etc....**

☆ Tarifs :

- **Bilan énergétique et soin personnalisé**

- **Massage tuina bien être:**

1ère séance : 1h30 : 70 euros

Séance de suivi : 1h00 : 60 euros

- **Lissage du visage : Me consulter**

☆ **Jours de présence : Vendredi**

☆ **Contact : 07 63 94 78 12**

mail : essencedulotus@gmail.com



Delphine

Psychopraticienne & Energéticienne,

Substan'Ciel

*Soutien psychologique, Médiation (Duo),
Magnétisme & Guidance intuitives*

Il existe des périodes où l'on avance avec légèreté. Et d'autres où tout semble plus difficile. Le mental tourne en boucle, les émotions prennent toute la place et le corps exprime ce que les mots ne disent plus.

Mon rôle est alors de marcher quelques pas à vos côtés en vous offrant un accompagnement global et personnalisé, au croisement du cœur, du corps et de l'esprit.

Parce que, selon moi, un blocage n'est jamais uniquement psychologique, physique ou énergétique, j'ai choisi de me former à différents outils psycho-pratiques, énergétiques et holistiques.

Grâce à ces différentes approches, je vous accompagne:

- Pour retrouver un équilibre physique et apaiser vos douleurs ou tensions.
- Pour mettre des mots sur ce que vous vivez, analyser, comprendre, prendre du recul, trouver des solutions et dépasser certain blocage.

Je ne suis pas là pour vous dire qui vous devait être, ce que vous devez faire où vous apporter des réponses toutes faites, mais pour vous aider à avancer dans le respect de votre histoire, de vos besoins et de votre rythme.

Il n'y a pas de chemin tout tracé.

Il y a votre chemin ! ✨

A partir de 16 ans

☆ **Tarifs : me contacter**

☆ **Jours de présence : Samedi & Dimanche**

☆ **Contact : 06 86 03 54 38**



Viviers du lac

Chemin de l'Alliu



L'EQUILIBRE
Espace Santé & Bien Être
Viviers-du-Lac



✕ Mairie de
Viviers-le-lac

Rue Antoine Montagnole

Route de Chambéry - D991

Direction
Aix-Les-bains

Direction
Chambéry



Scannez moi

Stages
Ateliers

Réunions

Formations

Conférences

200 chemin de l'alliu, 73420 Viviers du Lac



esbe.lequilibre@gmail.com



www.espace-sante-bien-etre-lequilibre.com



@centres.lequilibre



Centres_lequilibre