

Conseils en nutrition, nutrithérapie et hygiène de vie



Pas un régime mais une réforme alimentaire en douceur !

Ré-apprendre ou apprendre à équilibrer son assiette à chaque repas et en fonction de son état de santé.

La Naturopathie permet au corps de fonctionner en harmonie et au mieux de son potentiel biologique, énergétique, émotionnel, mental, voire spirituel.



Qui suis-je ?

- ☯ Naturopathe certifiée IHMN
- ☯ Réflexologue thérapeutique certifiée de l'Académie du Bien-Être Ortmann et du CER
- ☯ Formation en Aromathérapie auprès de Pranarôm, Aromalys, Bioflore et CFA
- ☯ Formation en Olfactothérapie auprès de Gilles Fournil (France)
- ☯ Médecine Traditionnelle Chinoise certifiée ALTHA (Luxembourg)
- ☯ Formatrice en Réflexologie, Nutrition & autres ateliers santé.
- ☯ Conférencière dans diverses Mutualités dont les FPS de la Mutualité Socialiste.

Consultation sur rendez-vous :

Adresse du cabinet :
Bihain 50 à 6690 Vielsalm

0498/80.48.24

www.conseils-sante.eu



Colette FRENAY

Naturopathe & Réflexologue

Praticienne en Médecine naturelle
et traditionnelle européenne et
chinoise.

Aromathérapie & Phytothérapie

Iridologie

Fleurs de Bach

Olfactothérapie

Nutrition & Nutrithérapie

0498/80.48.24



Une approche globale et personnelle

Bilan complet sur l'état du consultant sur le plan physique et émotionnel, tenant compte du suivi médical de la personne.

Parfaitement complémentaire à un traitement médical

Cette approche de la médecine naturelle ainsi que des conseils proposés ne remplacent en **aucun cas** un traitement et un suivi médical approprié chez un médecin.

Naturopathie

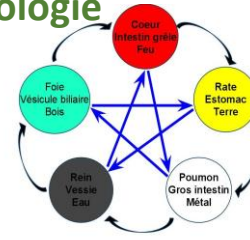


La **naturopathie** vise la préservation et l'optimisation de la santé à travers les techniques naturelles de santé et l'augmentation des possibilités de l'auto-guérison. Elle optimise la vitalité et la qualité de vie de chacun.

Conseils et pratiques :

- Hygiène de vie
- Alimentation
- Technique de respiration
- Approche émotionnelle

Energétique traditionnelle chinoise & Réflexologie



La Médecine Traditionnelle Chinoise permet un travail énergétique sur les organes et sur les méridiens, leurs redonnant la possibilité de revenir vers un équilibre. Le Tuina, la Moxabustion et les Ventouses font parties de mes outils de travail énergétique. La Réflexologie, partie intégrante de la MTC, est une technique de massage par acupression de zones et points réflexes au niveau des pieds, des mains et de la tête.



Conseils et préparation en Fleurs de Bach



Les Fleurs de Bach sont des remèdes vibratoires à base de plantes. Bien choisies, elles vont permettre à la personne de retrouver un équilibre émotionnel, une sérénité. Elles sont précieuses lorsque nous passons des moments difficiles de notre vie, que ce soit des angoisses, tristesse ou simplement un examen.

Aromathérapie et Phytothérapie



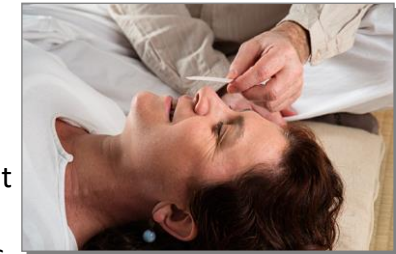
Le monde des plantes est merveilleux et vaste. Elles nous aident à tout moment de notre vie. Pour choisir les plantes

médicinales et les huiles essentielles ou les hydrolats, il faut bien les connaître. Le métier du Naturopathe est de conseiller le consultant sur les bons choix et comment les utiliser correctement.



Olfactothérapie

Les odeurs permettent de nous reconnecter à nos émotions, de les traverser et de lever des blocages



Iridologie

L'étude de l'iris de l'œil permet au Naturopathe d'apprécier le fonctionnement du métabolisme de la personne.