



***Florence Demay-Nicaise***  
**naturopathe - iridologue**

Licenciée de la Faculté des Sciences de Poitiers  
en « physiologie et micronutriments »

**Bilan de vitalité - Soins de bien-être**  
**Conseils en alimentation saine**  
**Aide à l'amincissement**

## CONSULTATION

La naturopathie remplit un rôle de prévention et d'éducation à la santé, grâce à des thérapeutiques naturelles et des pratiques visant à stimuler les processus d'auto-guérison de l'organisme.

La première consultation dure environ 1h30 à 2h : entretien individualisé fondé sur le dialogue et l'écoute, dans un climat de confiance et de confidentialité, afin d'évaluer votre état général, vos attentes et de réaliser un premier bilan de votre état de vitalité.

Elle comprend :

- un **bilan iridologique**, dépistage du terrain et bilan de l'état actuel physique, émotionnel et psychologique
- une **anamnèse**, questionnaire sur votre santé et votre mode de vie
- un **bilan nutritionnel** qui va me permettre de connaître vos habitudes alimentaires afin de dépister un éventuel déséquilibre et d'établir ensemble un **plan alimentaire personnalisé** adapté à vos besoins
- des conseils d'hygiène de vie.



Il faut parfois, afin de rééquilibrer le terrain, faire appel à des traitements naturels comme la phytothérapie, la gemmothérapie, la micro-nutrition cellulaire, l'Oligothérapie de Ménétrier, les Sels de Schussler, les Fleurs de Bach ou les élixirs minéraux, l'aromathérapie...

Un suivi peut être nécessaire pour ajuster un traitement, pour vous soutenir dans une démarche de longue durée (une cure d'amincissement par exemple), ou en cas de besoin ponctuel.



### *Renseignements :*

***Florence Demay-Nicaise***

92, avenue Jean Moulin

26100 Romans sur Isère

Tél : 04 75 72 29 38

Mob : 06 89 94 17 88

E-mail : [florencedn.naturopathe26@outlook.com](mailto:florencedn.naturopathe26@outlook.com)

[florencedn-naturopathe.fr](http://florencedn-naturopathe.fr)

Siret : 308 580 158 00050 - Tarifs au 1er septembre 2020

*La vraie santé résulte de l'harmonie entre les différents corps: physique, énergétique, émotionnel, mental. Les soins présentés dans ce document contribuent à cette harmonisation.*

Ces soins s'inscrivent dans le domaine du bien-être et de la prévention, sans aucun caractère médical, paramédical, rééducatif ou sexuel.

## **Les Soins Manuels**

### **Digito-énergétique**

Inspiré du Shiatsu et des Points de Knap. Par son action sur les méridiens et points d'acupuncture, il soulage les douleurs, les tensions, la fatigue, rétablit le courant de l'énergie vitale, améliore l'élimination des déchets et toxines, et stimule le fonctionnement des différents systèmes vitaux.

### **Drainage humoral manuel**

Active la circulation sanguine et lymphatique, nettoie en profondeur le tissu conjonctif et améliore les échanges entre les cellules et le milieu extra-cellulaire. Il permet d'éliminer les toxines qui polluent le milieu intérieur, stimule la vitalité et augmente la résistance du système immunitaire. Aide précieuse dans tout traitement anti-cellulitique, ainsi que dans le soin des jambes lourdes. Associé la Ionocinèse, leurs effets complémentaires se potentialisent pour nettoyer les terrains très encrassés et favoriser l'amincissement.



### **Relaxant aux huiles essentielles**

Le « summum » du bien-être : conscience d'unité corporelle et profonde détente physique et nerveuse...

### **Soin Traditionnel Thaï**

Le « NUAD BO' RARN » se pratique au sol et habillé selon la tradition du temple de Wat-Po, en Thaïlande. Association de Shiatsu, de mobilisations de l'ensemble des articulations, d'étirements, de compressions circulatoires, et de réflexologie des pieds, des mains, du ventre et du visage. Le corps et l'esprit sont ré-harmonisés en profondeur et durablement...

### **Réinformation Manuelle Globale**

Approche très douce, rapide, très performante qui permet de découvrir les dysfonctions dynamiques du corps et de libérer les blocages énergétiques articulaires et musculaires.

## **Réflexologie auriculaire**

Particulièrement efficace pour le traitement des douleurs aiguës ou chroniques comme la sciatique, les lombalgies, les migraines, elle permet aussi d'arrêter les dépendances diverses, de perdre du poids, de soulager insomnies, stress, dépression, acouphènes, constipation, hémorroïdes, allergies, perte de libido, etc.

## **Les Soins de Bien-Être**

### **Harmonisation énergétique**

L'équilibrage énergétique par lithothérapie, élixirs et magnétisme est une harmonisation de l'énergie vitale, qui permet d'évacuer le stress, les émotions négatives, les blocages... et de retrouver sérénité et harmonie en soi.



### **La Ionocinèse**

La Ionocinèse, associée à du silicium organique bio-activé et bio-disponible, permet d'éliminer les toxines de l'organisme et de rétablir les conditions de santé optimales du terrain selon la Bioélectronique de Vincent: équilibre acido-basique et antioxydant. Cette méthode créée par le Docteur J.Janet donne des résultats profonds et durables sur le stress, la fatigue, la circulation sanguine et lymphatique, l'état de la peau, les douleurs articulaires et musculaires... Stimulante et revitalisante, elle renforce le système immunitaire et ralentit le vieillissement cellulaire.

### **« Forme et Santé »**

Soin complet qui allie la détoxification par Ionocinèse, une application d'algues marines ou de boues de la Mer Morte chaudes sur tout le corps et un modelage aux huiles essentielles. Ce soin a un effet détoxifiant par activation de l'élimination des toxines, reminéralisant, régénérant pour le corps, adoucissant pour la peau, antalgique pour les articulations et suprêmement relaxant...

### **Nutridermax®**

Les propriétés anti-oxydantes, anti-inflammatoires et régénératrices de l'Afa-Phycocyanine extraite d'algue Klamath, lui confèrent une action métabolique sur les cellules du tissu conjonctif : régénération par stimulation des fibroblastes, lipolyse des adiposités, hydratation profonde par stimulation du métabolisme cellulaire.

# *Atelier de cuisine saine*

Cours particuliers et collectifs

Stages en week-ends

Notre santé est le reflet de ce que nous mangeons, et l'on ne saurait rester durablement en bonne santé sans adopter une alimentation saine.

Je vous propose un atelier de cuisine saine, convivial,

où vous pourrez apprendre que cuisiner pour votre santé rime aussi avec plaisir et gourmandise...

Des recettes simples à réaliser et savoureuses, basées sur une alimentation vivante, hypotoxique, biovégétarienne, majoritairement sans gluten et sans produits laitiers, des idées de menus équilibrés selon la saison, du petit déjeuner au dîner, ainsi que des réponses personnalisées aux questions que vous vous posez...



Découvrir de nouveaux produits, transposer vos recettes habituelles en version saine, inspirée des Docteurs Seignalet et Kousmine, faire votre pain et votre pâtisserie sans gluten, mettre en place une nouvelle alimentation

adaptée à une pathologie dont vous souffrez, ou « minceur » si vous en avez besoin, offrir une meilleure alimentation à vos enfants, découvrir, partager, échanger, tel est l'objectif de cet atelier, que je propose sous forme de cours particulier pour 1 ou 2 personnes, cours collectifs, ou en week-end à thèmes.



## CONSULTATION

1ère consultation	70 €
Suivi	55 €
Consultation Élixirs	50 €
Renouvellement	30 €

## SOINS NATUROPATHIQUES

### Ionocinèse (détoxination - reminéralisation)

1 séance	55 €
Forfait 5 séances	260 €
Forfait 10 séances	495 €

### Ionocinèse + drainage manuel (circulation - cellulite)

1 séance	85 €
Forfait 5 séances	400 €
Forfait 10 séances	765 €

Soin de l'acné avec Ionocinèse 65 €

Soin Anti-âge revitalisant avec Nutridermax 100 €

Harmonisation énergétique 55 €

## SOINS MANUELS

Drainage humoral manuel (1h) 60 €

Soin digito-énergétique (1h) 60 €

Soin relaxant aux huiles essentielles (1h) 60 €

Réinformation Manuelle Globale (1h) 60 €

Réflexologie auriculaire 35 €

Forfait « Forme et santé » reminéralisant : 120 €

*Détoxination par Ionocinèse + enveloppement d'algues ou boues de la Mer Morte + modelage aux huiles essentielles*

## NUTRIDERMAX®

Traitement dermo-esthétique des altérations et des inflammations du derme :

- Cellulite
- Adiposités
- Vergetures
- Cicatrices
- Perte de tonicité musculaire et cutanée
- Rides, vieillissement cutané

Visage et corps, à partir de 25 € la séance

Tarif des forfaits sur demande