



# Boutique Léa Nature

---

## HORAIRES D'OUVERTURE

Du **lundi** au **vendredi** de **10h00** à **19h30**  
Le **samedi** de **09h30** à **13h30**

**05 46 55 16 85**

**Le BiO'Pôle de Léa**  
Avenue Paul Langevin • 17180 PÉRIGNY

© lapetiteboite.eu



# Boutique Léa Nature

vous présente  
ses **5** praticiens



LUNDI



**Cabinet Diététique BIORITMO**

Diététicienne - Nutritionniste  
Expert en Nutrition Chrono biologique, psycho nutrition et micro nutrition.

Je vous accueille au BiO'Pôle de Léa le lundi de 10h00 à 19h30

Je prends RDV >> 06 60 71 18 56  
05 46 52 03 25

## DIÉTÉTICIEN

Lors des rendez-vous, je vous écoute et vous accompagne pour construire avec vous vos habitudes alimentaires en adéquation avec votre rythme de vie (déplacement, travail de nuit, sédentaire, actif, sportif...), vos goûts et vos choix et aspirations de vie pour parvenir au mieux possible à vos objectifs.

Je vous propose aussi des consultations à thèmes comme entre autres, bien lire les étiquettes des aliments, aide pour la planification de menus...

Parce qu'il y a autant de façons de manger, que de modes de vie et de goûts !

*Formatrice confirmée, je peux auprès de vos équipes professionnelles venir animer vos réunions séminaires, ateliers avec des thèmes à définir ensemble (travail posté, préparation départ à la retraite...)*

MARDI



**Astrid d'HAPPYVIE\***

Coach de vie et du bien-être  
\* Association loi 1901

happyvie17@gmail.com

Je prends RDV >> 06 63 63 03 86

## SOPHROLOGUE

Je vous accompagne dans une démarche de bien-être, favorisant un apaisement des douleurs, des tensions et du mental.

Un ensemble de méthodes naturelles et sensorielles (verbalisation des maux, acupression du corps et/ou des pieds...), qui vous apportera tous les bénéfices pour lâcher prise, pour atténuer les innombrables effets du stress, et pour retrouver votre vitalité et dynamisme.

*Une harmonisation du corps et de l'esprit par une détox naturelle.*

MERCREDI



**Thierry JEANNE**

sante-bio-la-rochelle.com  
/le-cabinet.html

Je prends RDV >> 06 22 85 21 42

## NATUROPATHE ÉNERGÉTICIEN

*Transformez vos maux en opportunités de croissance personnelle.*

Il s'agit de renforcer ou de relancer votre thérapeute intérieur.

Les sessions mettent en synergie les soins énergétiques, somato-émotionnels et le coaching santé (adapter votre alimentation, gérer vos émotions, maîtriser votre stress).

Ainsi des réponses émergent de votre sagesse corporelle et trans-personnelle pour guérir le passé et changer votre présent pour vous permettre de cultiver votre paix intérieure.

JEUDI



**Frédérique PICHARD**

frederique.pichard@yahoo.fr  
www.institutdony.org

Je prends RDV >> 06 25 10 16 61

## RELAXOLOGUE

Relaxologue de profession formée à la naturopathie, j'accompagne depuis plus de 15 ans les individus sur le chemin de l'épanouissement personnel notamment en enseignant une gestion intelligente et intuitive des émotions.

Mes principaux outils de travail, les soins énergétiques, la méditation et les élixirs floraux participent à faire de chaque individu le créateur de son propre bien être dans la confiance et la sérénité. La relaxation favorisant particulièrement la présence à soi-même, la concentration, l'autonomie ou encore la créativité.

Suite à ma rencontre avec un dauphin solitaire en 2004, je fonde l'institut Dony qui vise à promouvoir le potentiel thérapeutique de cet animal. J'organise et participe aussi à ce sujet à de nombreuses conférences scientifiques ou tout public.

*Les dauphins communiquent un sentiment de joie et d'harmonie que chaque être humain souhaite développer au plus profond de lui. La légèreté joueuse des dauphins est une invitation au lâcher-prise pour se fondre dans le courant de la transformation.*

VENDREDI & SAMEDI



**Florian MALLARD**

Ostéopathe (D.O)  
Masseur - Kinésithérapeute

Je prends RDV >> 06 42 12 37 48

## OSTÉOPATHE

L'ostéopathie est une méthode de soins qui s'emploie à déterminer et à traiter les restrictions de mobilité qui peuvent affecter l'ensemble des structures composant le corps humain.

Toute perte de mobilité des articulations, des muscles, des ligaments ou des viscères peut provoquer un déséquilibre de l'état de santé. L'ostéopathie est fondée sur la capacité du corps à s'autoéquilibrer et sur une connaissance approfondie de l'anatomie.

Elle nécessite des compétences spécifiques, une connaissance approfondie du fonctionnement du corps humain et des interactions entre chacun de ses systèmes.

Elle prévient et soigne de nombreux troubles physiques et agit également aux plans nerveux, fonctionnel et psychologique.

*L'ostéopathie, une science, un art et une philosophie.*