

L'EQUILIBRE

Espace Santé & Bien Être

Les Abrets en Dauphiné



Informations
utiles

**Retrouvez une
équipe de pratiques
alternatives
complémentaires
pour une prise en charge
adapté à vos besoins**

Mise à jour : 01/01/25

☆ **L'Équilibre est un espace pluridisciplinaire regroupant des pratiques alternatives et complémentaires pour votre prise en charge globale.**

☆ **L'Espace Santé & Bien-Etre L'Équilibre des Abrets (38) a le plaisir de vous présenter ses praticiens :**

- Praticien en Médecine Chinoise : Thierry BRUNIER
 - Etiopathe : Fabrice SASSO
- Coach relationnel & Sexothérapie : Cécile FIORE
 - Réflexologue : Marilyn FRANCOIS
- Diététicienne / Nutritionniste & Luxopuncture : Léa COSI
 - Psychopedagogue : Dominique BOUVIER
 - Psychopraticien : Rémy FRETON
- Magnétiseur & Rebouteurs : Laurent PERINAYAGOM
 - Kinésiologue : Aline MAUFRAS
- Soins Énergétiques & Guidance : Marjolaine DEVIC



Thierry
BRUNIER
PRATICIEN MTC



Praticien en Massage TUI-NA (Massage Thérapeutique Chinois) et en Acupuncture

Je vous propose une approche énergétique holistique. On fait réagir le corps afin de rétablir ou de maintenir l'équilibre.

En médecine chinoise tout est lié. Les éléments du corps et de l'esprit forment un ensemble indissociable.

En agissant sur le Qi (énergie), on agit sur le corps, sur l'esprit, ou sur le Qi lui-même.

Je propose des techniques de la médecine traditionnelle Chinoise comme l'acupuncture, le tui-na, les ventouses, le Gua Sha et la moxibustion pour restaurer l'équilibre.

Elle s'utilise sur un grand nombre de désordres, qui vont des simples troubles saisonniers (rhumatismes, allergies, désordres des voies aériennes...), des problèmes mécaniques (tendinites, entorses, claquages, contusions, traumatismes divers...), fonctionnels (digestifs, diarrhée, constipations, nausées, désordre génito-urinaires ou gynécologique, incontinences, pertes de mémoire, baisse de la libido, eczémas, zonas, psoriasis...) ou psycho-émotionnels (troubles de l'esprit de tout ordre, liés aux émotions, dépression, états colériques, trouble de la personnalité, paranoïa, peurs irrationnelles...).

☆ **Tarifs :**

- **Première séance avec bilan énergétique & soin (1h30) : 70€**

- **Séance : 1h à 1H15 : 60 €**

☆ **Jours de présence : mardi matin et Samedi journée
(les autres jours Val de Virieu)**

☆ **Contact : 07.77.07.13.22**

Prise de rdv 24/24 : annuaire-therapeutes.com/therapeute/

185130-thierry-brunier-les-abrets

Site : brunier-praticien-mtc.fr



FABRICE SASSO - ÉTIOPATHE *

L'Étiopathie est une thérapie manuelle qui a pour principe d'identifier la cause de la pathologie, afin de la traiter.

L'Étiopathe utilise des techniques manuelles adaptées :

- au patient (du nourrisson au senior, du sédentaire au sportif de haut niveau)
- à la pathologie (chronique ou aiguë).

Le champ d'action de l'Étiopathie s'étend à tous les systèmes du corps :

- Troubles digestif & urinaire, troubles gyneco & obstétrique, infertilités & protocoles PMA/FIV, troubles ORL & respiratoire, troubles articulaires & vertébraux, troubles musculo-tendineux, troubles comportementaux (DYS, TDAH, émotionnels...), troubles inflammatoires (tendinites), troubles du nourrisson ...

☆ **Tarifs : 60€ Adultes**
50€ - de 18ans

☆ **Jours de présence : Du lundi au Samedi**
Présent le jeudi sur VIVIERS DU LAC

☆ **Contact : 04.57.23.76.41**
Prise de rdv 24/24 sur etiopathe-isere.fr
Mail : etiopathe.sasso@gmail.com



Cécile FIORE

Coaching Relationnel & Sexothérapie Individuel & Couple

Vous cherchez à résoudre vos conflits, à guérir votre couple, à renforcer vos relations ? Vous souhaitez comprendre et dépasser vos difficultés relationnelles, vos blocages émotionnels ou intimes ? Ou vous cherchez un espace pour explorer et vous reconnecter à votre sexualité et votre sensualité ?

Je vous accompagne à (re)trouver votre place et la douceur dans vos relations, (ré)apprendre à communiquer pour plus de fluidité et de légèreté dans tous vos espaces affectifs, amoureux et intimes. Avec bienveillance, je vous guide pour prendre soin de vous et créer des relations épanouissantes.

Mon approche repose entre autres sur la PNL (Programmation Neuro Linguistique), une méthode qui permet de construire son estime de soi et sa confiance en ses capacités, se défaire des préjugés et croyances limitantes qui empêchent d'avancer et qui vous aide à changer vos habitudes, vos pensées et comportements de façon positive et durable.

☆ **Tarifs : Individuel (1h) : 70€**
Couple (1h20) : 90€

☆ **Jours de présence : Le mardi et Jeudi**

☆ **Contact : 04.28.35.11.24 / 07.83.17.97.14**

Site : desirdessens38.fr



Neuro-réflexologie® , réflexologie plantaire - palmaire
Réflexologie Cranio-faciale combinée
Néo-réflexologie® (bébé, enfants, femme enceinte)

La réflexologie est une pratique ancienne, manuelle et naturelle basée sur la stimulation des zones et points réflexes situés au niveau des pieds et des mains. L'objectif étant de rétablir l'équilibre naturel de votre corps et par ce biais de soulager certains troubles.

Les bienfaits de la réflexologie sur l'organisme sont multiples :

- Réduire votre stress, votre anxiété
- Améliorer votre sommeil, apaiser vos tensions (articulaires, musculaires, maux de tête...)
- Rééquilibrer votre système digestif, apaiser les troubles féminins, dynamiser votre circulation sanguine et lymphatique
- Soulager la future maman des petits maux liés à la grossesse et calmer les bébés et jeunes enfants
- Rétablir l'équilibre naturel de l'organisme et aider à retrouver de l'énergie.

☆ **Tarifs : Séance réflexologie plantaire & cranio-faciale 50€**

Séance réflexologie palmaire 30€

Séance réflexologie nourrisson (0-2ans) 20€

Séance réflexologie enfant (3-10ans) 30€

☆ **Jours de présence: Jeudi et Vendredi**

& pour les autres jours sur Charavines me contacter

☆ **Contact : 06.09.37.56.21**

Mail : marilyn.reflexologue@gmail.com

Rdv 24/24 : koalendar.com/e/marilyn-francois-reflexologue



Léa COSI

Diététicienne-Nutritionniste / Luxopuncture & Drainage lymphatique

Diététicienne et praticienne en luxopuncture de l'adolescent à l'adulte, je vous propose une prise en charge nutritionnelle personnalisée afin d'atteindre vos objectifs et vous permettre d'avoir une alimentation plus saine.

- Perte ou prise de poids **SANS REGIME**
- Rééquilibrage alimentaire
- Pathologies (cancer, diabète...)

En complément, je pratique la luxopuncture, une méthode réflexe, indolore, alternative à l'acupuncture, qui permet de réguler le système hormonal, lymphatique et digestif grâce à un laser infrarouge.

- Perte de poids (grignotages, compulsions...)
- Arrêt du tabac
- Relaxation (stress, insomnie)
- Ménopause
- Rajeunissement du visage

Drainage lymphatique de la méthode Renata Franca

Consultations en cabinet ou à domicile en ISÈRE

☆ **Tarifs : Bilan diététique 50 euros**

Suivi diététique : 40 euros

Luxopuncture (sous forme de cure) à partir de 50€

Drainage lymphatique : 140 euros

☆ **Jour de présence: Lundi journée & mercredi après midi**

☆ **Contact : 06.79.88.81.65**

Mail : lea.cosi-pro@outlook.fr

Site : dietluxo.com



Psychopédagogue : Dominique BOUVIER

J'accompagne en tant que psychopédagogue des enfants à partir de 6 ans, des adolescents, des étudiants dans diverses difficultés qui peuvent être rencontrées lors des apprentissages scolaires.

Cet accompagnement personnalisé vise à redonner du bonheur à apprendre en optimisant la concentration, la motivation en travaillant sur l'individu dans sa globalité par une gestion des émotions et des échanges bienveillants et constructifs.

Passionnée par la parentalité positive et les neurosciences appliquées aux apprentissages, je peux amener aux parents des outils de communication et des clés pour mieux « vivre le temps » des devoirs à la maison...et davantage comprendre les bases de la mémorisation et de la motivation.

☆ **Tarifs : me consulter**

☆ **Jours de présence: Le Mercredi**

☆ **Contact :** **06 49 19 07 92**

Mail : aubonheurdapprendre38@gmail.com



Rémy FRETON - Psychopraticien Spécialisé en Thérapies Cognitives Comportementales

Praticien en psychopathologies, spécialisé en thérapies comportementales & cognitives, je vous propose un accompagnement et une prise en charge complète de vos difficultés, questionnements ou souffrances.

Mon objectif est de vous guider dans ce processus de changement basé sur la thérapie que nous allons construire et ainsi de vous donner les outils pour atteindre vos objectifs.

Les TCC permettent de mettre en place différentes stratégies, adaptées et structurées, autour d'un cadre théorique dynamique.

☆ **Tarifs : 50€ (séance de 50min)**

☆ **Jours de présence: le mardi et le jeudi.**
(Consultations visio possible ou à mon domicile)

☆ **Contact : 06.17.01.14.02**
Mail : contact@remy-freton-psychopraticien.fr



L . P M A G N É T I S M E
R E B O U T E U X

Laurent

Magnétiseur et Rebouteurs

➡ Le magnétisme consiste à rééquilibrer les énergies d'une personne en touchant ou non le corps. Le magnétiseur ressent les blocages ou les manque d'énergie et réguler ces flux, cela permet alors de relancer le processus d'autoguérison au niveau physique, émotionnel et mental (stress, fatigué, énergie...)

➡ Le reboutement consiste à manipuler le corps afin de calmer les douleurs des muscles ou des articulations, douleurs rhumatismales, névralgique (mal de dos, cervicales, sciatiques, tendinites, contractures...)

☆ **Tarifs : 60€ /1h**

☆ **Jours de présence: Vendredi & domicile possible**

☆ **Contact : 06.64.54.28.42**

Mail : laurentp.magnetisme@gmail.com

Facebook : LPMagnétisme



Aline Maufras



Kinésologue certifiée

L'accumulation et /ou la répétition des stress auxquels nous sommes quotidiennement confrontés, finit par bloquer la bonne marche de notre fonctionnement. Pendant les séances, nous identifions ensemble les causes de ces blocages internes et nous libérons les tensions associées pour que vous retrouviez votre équilibre et votre harmonie personnelle.

Les thèmes de consultation sont variés :

- * Anxiété, confiance en soi, ...
- * Fatigue, tensions physiques, douleurs variées, ...
- * Apprentissage : problème de concentration, de stress, dyslexie, ...

Pour tous : du nourrisson au senior

☆ **Tarifs : 60€ la séance d'1h**

☆ **Jours de présence:**

Le mardi après midi et jeudi journée au centre

Le mercredi à La Côte St André

(Domicile possible)

☆ **Contact :** **06.12.87.77.74**

Site : aline-maufras.fr

Mail : maufRAS.aline@gmail.com



Marjolaine Devic

Soins énergétiques & Guidance
Libération des émotions

- Douleurs physiques, maux incessants,
- Traumatismes physiques et/ou émotionnels,
- Besoin d'équilibre, de calme,
- Envie de changer de direction, de retrouver son chemin
- Difficulté à prendre des décisions,
- Libération émotionnelle,

Les soins énergétiques combinés à l'EFT (Emotional freedom Techniques) et d'autres méthodes alternatives permettent de soutenir notre santé au quotidien sur toutes les dimensions (Mentale, émotionnelle, physique, spirituelle).

Lorsque l'énergie est encombrée, des nœuds se créent et font apparaître des symptômes au travers de notre corps physique tels que :

- Douleurs chroniques ou aiguës,
- Perte d'énergie, fatigue, stress,
- Troubles digestifs, allergies, infections,
- Maladies (cancers, maladies auto-immunes,...)

Il est donc important de nettoyer nos énergies pour permettre leur libre circulation !

Parce que chacun est unique, une séance ou un accompagnement, se construit avec vous, selon votre besoin et à votre rythme. On compose entre soin énergétique, guidance (oracles, tarots,...), EFT et autre outils pour travailler en profondeur sur vos petits coups de mou, vos freins, vos douleurs émotionnelles et/ou physiques.

Comme un artichaut, on enlève couche par couche les blocages pour arriver à libérer le cœur ;)

☆ **Tarif : 1 séance : 60€**

☆ **Jours de présence: mercredi matin et samedi journée**

☆ **Contact : 06.65.48.65.22 ou sur www.crenolibre.fr**

Mail : contact@marjolainedevic.fr

Site : marjolainedevic.fr

Les Abrets en Dauphiné

× L'EQUILIBRE

Espace Santé & Bien Être
Les Abrets en Dauphiné



Direction
Morestel

rue Aristide Briand

rue Victor Hugo

Direction
Aoste

Direction
Pont de Beauvoisin

rue d'Italie

rue de la République

Direction
La Tour du Pin

Mise à disposition
de locaux pour des
consultations mais
aussi pour des
événements
ponctuels :

Stages
Ateliers

Réunions

Formations

Conférences

23 allée de l'usine Giraud,
38490 Les Abrets en Dauphiné



esbe.lequilibre@gmail.com



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



@esbe.lequilibre



@esbe_lequilibre

Ne pas jeter sur la voie publique