

# Pusey

## Bien-être Naturo avec Cécile

Cécile Mairet, Puséenne de 38 ans est devenue une passionnée de la naturopathie. Après un parcours commercial, elle choisit de s'orienter vers cette voie plus sereine. Elle souhaite aider les personnes de tous âges à maintenir, retrouver et optimiser leur santé par des moyens naturels et biologiques ceci grâce à une écoute, des conseils personnalisés sur l'hygiène de vie, l'alimentation, l'exercice physique et le bien-être émotionnel. Cécile est diplômée de la faculté libre de Dijon. Elle a effectué de très nombreux stages de phytothérapie, propriétés des eaux thermales, cuisine, réflexologie, sophrologie, relaxation, hypnose avec des professionnels. Un accompagnement personnalisé, adapté au mode de vie de



■ Cécile a effectué des stages de phytothérapie, réflexologie, sophrologie, relaxation ou encore hypnose.

chacun, sans résolution drastique, sera défini en commun. Les efforts doivent être adaptés à chaque situation. Le manque de soleil peut être compensé par des séances de luminothérapie.

Des activités de bien-être avec les enfants sont envisagées.

