

Programme Visage & Ménopause

Un programme global et personnalisé qui agit sur la qualité de la peau, sa fermeté et son éclat, tout en vous transmettant les bons gestes pour prolonger les résultats au quotidien.

Objectifs du programme :

- retrouver une peau plus confortable
- raffermir les contours du visage
- atténuer les rides et le relâchement
- redonner de l'éclat
- préserver une expression naturelle
- vieillir en beauté grâce à une approche globale et personnalisée

Après une consultation approfondie (possible en vision), je crée un protocole adapté à vos besoins : relâchement cutané, rides, sécheresse, perte d'éclat, taches pigmentaires ou double menton.

Le programme sur 4 mois se présente selon votre bilan avec :

- Consultation initiale (45 min)
- 6 soins personnalisés (Kobido, Intrabuccal, HydraGlow selon les besoins) et rapprochés
- Suivi WhatsApp ou e-mail entre les séances
- Conseils skincare & nutricosmétiques
- Programme Yoga du visage à faire à la maison (automassages, exercices de tonification, travail postural, respiration)
- Travail postural et respiration
- Conseils en nutricosmétiques (collagène, oméga 3, antioxydants, acide hyaluronique...) lorsque cela est adapté à votre situation

★ Tarif : 840 € .

(paiement en plusieurs fois : en 4 fois soit 210 euros par mois)

Programme Corps & Ménopause

Un accompagnement global et personnalisé pour aider votre corps à mieux vivre les changements liés à la ménopause.

L'objectif est de relancer les circulations, retrouver de la légèreté et vous transmettre les bons gestes pour prolonger les résultats au quotidien.

Objectifs du programme

- Retrouver un corps plus léger et plus confortable.
- Diminuer la sensation de gonflement et la rétention d'eau.
- Stimuler la circulation lymphatique et veineuse.
- Accompagner les changements de silhouette liés aux variations hormonales.
- Améliorer le confort digestif et prendre soin du ventre.
- Retrouver de l'énergie et une meilleure vitalité.
- Vieillir en beauté grâce à une approche globale et personnalisée.

Le programme est élaboré selon votre bilan et comprend :

- Consultation initiale (45 min)
- 6 séances personnalisées (drainage lymphatique, massage abdominal énergétique et techniques complémentaires selon vos besoins)
- Suivi WhatsApp ou e-mail entre les séances
- Conseils en naturopathie et en hygiène de vie
- Exercices simples à réaliser à la maison : auto-drainage, respiration, mobilité et routines bien-être

✨ Tarif : 840 € .

(paiement en plusieurs fois : en 4 fois soit 210 euros par mois)

Programme Complet Ménopause

L'accompagnement le plus complet pour agir sur l'ensemble des transformations liées à la ménopause pendant 4 mois.

Objectifs:

- Harmoniser visage + corps
- Relancer les circulations
- Améliorer peau + silhouette + confort
- Retrouver énergie et légèreté
- Accompagner la transition hormonale globalement

Contenu : -

- 1 bilan complet
- 8 séances combinées visage & corps
- Suivi personnalisé
- Skincare + nutricosmétique
- Naturopathie + hygiène de vie
- Programme à domicile complet

★ Tarif : 1 190 €

(paiement en plusieurs fois : 238 euros sur 5 mois)