

INTERVENTIONS DANS VOTRE ENTREPRISE NUTRITION ET EMOTIONS **ALIMENTATION & HYPNOSE**

LE DUO QUI STIMULE, HARMONISE ET FAIT LA DIFFERENCE

POURQUOI ME FAIRE INTERVENIR ?



UN QUOTIDIEN IMPACTÉ POSITIVEMENT

Stress en chute libre, fatigue chronique qui décroît, concentration qui revient, grignotages qui s'apaisent, moins de sucre, moins de charge mentale, moins de débordements émotionnels...



UN INSTANT POUR SE RESSOURCER AUTREMENT

Une pause épanouissante avec une approche bienveillante, non culpabilisante et des outils simples utilisables immédiatement.



UNE SYNERGIE EFFICACE

Des équipes motivées, des échanges harmonieux, un climat agréable... pour une performance visible.



 **mélodie Noël**
DIÉTÉTIQUE & HYPNOSE

QUI SUIS JE ?

DIÉTÉTICIENNE NUTRITIONNISTE PASSIONNÉE,

équilibre et plaisir au menu, sans culpabilité.

ANCIENNE INGÉNIEURE PRÉVENTION SANTÉ,

une reconversion au service de l'humain.

HYPNOTHÉRAPEUTE CONVAINCUE,

le bien être dans la tête se reflète dans l'assiette.

ACCOMPAGNATRICE MIEUX ÊTRE,

des interventions concrètes, vivantes et efficaces.

EN ENTREPRISE
CONFERENCES
ATELIERS
JOURNÉES THÉMATIQUES
CONSULTATIONS



WWW.ALIMENTATION-DIETETIQUE.COM



07 82 40 43 01



MNOEL.DIET@GMAIL.COM

MES INTERVENTIONS: ATELIERS - CONFERENCES

APPROCHE COMBINÉE ET ORIGINALE: DIÉTÉTIQUE + (AUTO)HYPNOSE



**AJUSTABLE
SUR MESURE**



**ON FAIT LE POINT
SUR VOS BESOINS ?**

Visio gratuite

1. ÉQUILIBRE NUTRITIONNEL & PERFORMANCE DURABLE

savoir comment optimiser
l'énergie et la concentration grâce
à une alimentation adaptée.

CLARTÉ MENTALE ✓

2. STRESS, FATIGUE & RÉGULATION ÉMOTIONNELLE

comprendre les relations entre
alimentation, stress et fatigue puis
explorer des méthodes de
régulation émotionnelle.

APAISEMENT ✓

5. SOMMEIL, RÉCUPÉRATION & ALIMENTATION : RESTAURER L'ÉQUILIBRE INTÉRIEUR

découvrir comment aller vers un
sommeil réparateur grâce à une
hygiène alimentaire et émotionnelle.

VITALITÉ ✓

**EN ROUTE VERS
L'ÉQUILIBRE
NUTRITIONNEL ET
ÉMOTIONNEL**

3. RETROUVER UNE RELATION HARMONIEUSE À SON CORPS

se reconnecter aux sensations
corporelles, apprendre à écouter
son corps et porter un regard
bienveillant sur son image
corporelle.

CONFIANCE EN SOI ✓

4. TÉLÉTRAVAIL & COMPULSIONS ALIMENTAIRES

identifier les mécanismes internes de
l'alimentation émotionnelle, les
comprendre, les apaiser et les
transformer.

PRÉVENTION SANTÉ ✓

**VOTRE SUJET,
VOTRE CHOIX**

100% personnalisé selon
votre demande

CONSULTATIONS INDIVIDUELLES SUR SITE

- SEANCES DIÉTÉTIQUE & HYPNOSE – 1H/PERS
- APPROCHE PERSONNALISÉE ET APPROFONDIE
- SECRET PROFESSIONNEL ET CONFIDENTIALITÉ

