



## SOINS HOLISTIQUES ET HYGIÉNISTES

Vous ressentez le besoin d'un accompagnement pour des troubles émotionnels, psychologiques ou physiques ?

• En tant que maître praticien en hypnose Ericksonienne, voici les différents domaines d'action pour les adultes, les enfants et les adolescents :

- Stress, angoisse, anxiété, dépression, peurs de toutes sortes, deuil, arrêt du tabac, perte de poids, angoisses à l'école, manque de confiance, colère ...

• Formée à la thérapie des soins esséniens et égyptiens, je vous propose des soins qui allient la puissance profonde de l'énergie avec la douceur de ses effets. Ils agissent dans de nombreux domaines :

- Insuffisances immunitaires, grande fatigue, états de choc, troubles émotionnels, soins pour la grossesse, les troubles paniques, la dépression, fibromyalgie, tachycardie...

• En travaillant sur les points gâchettes (trigger points), j'agis sur les troubles musculo-squelettiques.

• En tant que magnétiseur, coupeur de feu, j'agis sur les douleurs, les zonos, tous problèmes de peau, traitement radiothérapie et chimiothérapie...

• Pratique de la respiration Wim Hof et des techniques hygiénistes.

Je vous accueille également pour un instant de bien-être, pour une remise en forme en rééquilibrant la circulation énergétique tant sur le plan physique, émotionnel et psychologique.

Je reçois sur rendez-vous : **Sylvie Tournon à Saint-Philibert 06 70 20 69 49 - sylvietournon.fr**



## ADRIEN GOTTELAND - DÉPANNAGE INFORMATIQUE

**Dépannage informatique à domicile pour entreprises et particuliers** : Interventions sur site ou à l'atelier.

Tarifs au forfait ou à l'heure.

**Réparations, installations, entretien / optimisation** matériel (ordinateurs, téléphones, Windows, Linux, Mac, logiciel, réseau, Nas, Wifi, Box Internet..)

**Entretien / optimisation** (nettoyage virus, réinstallation, remise en forme ordi lents)

**Formations** à l'utilisation

**Conseil / recherche de solutions techniques**

**06 26 06 62 07 - agotteland@gmail.com**



## NĪLĀKĀSH YOGA & ĀYURVEDA

-**Massages/Soins corporels (adulte/enfant)** selon la tradition indienne de l'āyurveda (Saint Pierre d'Entremont/Chambéry) pour prendre soin de Soi et améliorer son quotidien.

-**Bilan & Accompagnement** selon l'āyurveda en hygiène de vie et alimentation, pour vous permettre de trouver votre routine et de vous reconnecter aux cycles des saisons.

-**Accompagnement/Massages** adaptés à la grossesse/post-partum & apprentissage du massage bébé à destination des parents en sessions individuels.

-**Cours de Yoga en ligne** le Lundi soir (hors vacances scolaires) à 18h30 et cours personnalisés sur demande.

Pour toutes questions, informations et prise de rendez-vous : **www.nilakash-yogayurveda.com**

## PATTE DE VELOURS CHARTREUSE - GARDE D'ANIMAUX

Les vacances d'été arrivent et vous cherchez une solution pour vos animaux qui restent à la maison pendant votre absence ?

Je me déplace à domicile pour assurer les soins quotidiens et cajoler **vos animaux de compagnie** : chat, lapin, chèvre, poules, poissons et bien d'autres ! + **vos plantes d'intérieur** !

Je propose aussi des promenades pour les chiens.

Je suis une professionnelle, découvrez mes services sur **pattedevelours-chartreuse.fr**

ou contactez-moi au **06 59 72 66 17** ou **pattedevelours@gresille.org** - **Au plaisir de vous rendre service !**

Sarah



## NOUVEAU DANS LA VALLÉE : ENTRETIEN ARBRES ET ESPACES VERTS

**Akro'bat** met ses 20 ans d'expérience de grimpeur élagueur au service de vos arbres et de vos espaces verts.

En complément de son activité d'élagueur, Akro'bat vous propose aussi la taille de haies, le débroussaillage de vos talus et l'évacuation de vos déchets verts.

**Contactez Baptiste au 06 71 35 59 65.**

## MARINE SIBELLAS DESIGN DE COMMUNICATION, ESPACE ET VOLUME

Freelance sur le massif de la Chartreuse, en Isère et Savoie, je propose une réponse complète pour toutes sortes de projets artistiques, dans un grand nombre de domaines et sur tous supports. Je mets au service de mes clients ma polyvalence dans les domaines du design graphique, d'espace et de produit.

Je suis à même d'apporter un véritable regard professionnel au service de vos demandes, de donner vie à votre projet quel qu'il soit, lui donner du sens en l'habillant de la manière la plus pertinente et ainsi lui offrir une réelle visibilité en cohérence avec votre philosophie. **marinesibellas.com - 06 82 64 91 14 contact@marinesibellas.com**



## MULTI SERVICES

La société « LJ MULTI-SERVICES » vous propose ses services d'installation, de réparation et de dépannage dans différents domaines : La pose d'accessoires divers, le montage de meubles, le remplacement de petits appareillages électriques, le remplacement de robinetteries, le débouchage de canalisations, le nettoyage extérieur, la petite maçonnerie, la réparation de store BSO et tous autres petits travaux.

Vous pouvez me contacter au **07.66.33.27.21** ou par mail : **lj.services73@gmail.com**

Devis gratuit et intervention rapide. **LEJEUNE Jordan.**

