



CONFÉRENCES POUR ASSOCIATIONS

COMPRENDRE ET APAISER LA FIBROMYALGIE : LES SOLUTIONS CONCRÈTES EN NATUROPATHIE

Animé par Maryline Barbier
Naturopathe spécialisée en fibromyalgie

Objectifs des conférences

Offrir aux adhérent(e)s une **compréhension des mécanismes de la fibromyalgie** et leur transmettre des **outils concrets, naturels et applicables au quotidien** pour améliorer leur qualité de vie.

Ces conférences s'inscrivent dans une **démarche éducative complémentaire au suivi médical**, visant à **renforcer l'autonomie** et favoriser une approche active de sa santé face à la maladie.

Thématiques proposées

La thématique peut être adaptée selon vos besoins

- ✓ **Réduire l'inflammation chronique et la fatigue**
→ alimentation anti-inflammatoire, hygiène de vie
- ✓ **Apprendre à gérer la douleur naturellement**
→ plantes, pacing, thérapies et techniques naturelles
- ✓ **Comprendre les causes profondes des symptômes**
→ systèmes digestif, nerveux, hormonal, immunitaire
- ✓ **Améliorer le sommeil et la récupération**
→ routines de santé, rythme circadien, supplémentation

Format & déroulement

- Durée : **1h à 1h30** (ajustable selon vos besoins)
- Format : **en visioconférence**
- Tarif : intervention **bénévole**
- Contenu : présentation + temps d'échange
- Support fourni : PDF de synthèse

Bénéfices pour vos adhérent(e)s

- Une **approche éducative** et bienveillante
- **Des conseils concrets et naturels** visant l'autonomie
- Un moment d'**échange** et de **compréhension**
- Une ouverture vers **des solutions complémentaires, validées par la science**

Contact

Pour organiser une conférence :

- ☎ 06 64 99 68 75
- ✉ contact@marylinebarbier.fr
- 🌐 www.marylinebarbier.fr
- 📺 conférences et accompagnements en ligne

À propos de Maryline Barbier

Ancienne fibromyalgique, j'accompagne les femmes touchées par la fibromyalgie vers une meilleure qualité de vie. Je m'appuie sur la naturopathie et la santé fonctionnelle pour proposer une prise en charge naturelle, complémentaire au suivi médical. Mon objectif est d'aider à mieux comprendre cette maladie, apaiser les symptômes grâce à des techniques naturelles et scientifiquement validées.