



Valérie Commaret Hypnothérapeute

*Toutes vos ressources
ne demandent qu'à
se déployer !*

SI VOUS VOUS DITES

*“ Je désire ce
changement, mais
c'est plus fort que moi,
je n'y arrive pas. ”*

L'hypnothérapie
peut vous aider, sans pour
autant se substituer à
une approche médicale,
mais en la complétant.

L'hypnose est une technique
d'accompagnement douce,
respectueuse de la personne,
subtile et très professionnelle.
Elle permet, par un travail avec
l'inconscient, de dépasser ses
fragilités physiques et psycho-
logiques, pour atteindre ses objectifs.
Les changements peuvent être
rapides et profonds.

- > Motivation, performance
- > Confiance et estime de soi
- > Libération émotionnelle
- > Stress, anxiété, phobies
- > Tabac et addictions
- > Sommeil
- > Contrôle du poids
- > Diminution de la douleur
- > Énurésie, etc.