



Christèle COUITTI

Naturopathie – Coaching de Vie – Massage–Bien–Être

### Minute Papillon No 15 - Décembre 2017



Bonjour à tous,

Eh bien voilà... l'Hiver est là!

Nos montagnes ont bien blanchi... à nous ski, luge et raquettes!

Pour ce mois de Décembre, une petite fleur pour contrer les maux d'hiver,  
Cette période de fêtes est celle des cadeaux, alors si vous manquez d'inspiration,  
pensez **bon cadeau !**

Et pour vous chouchouter tout en douceur, découvrez mon **Offre Cocooning.**

**De belles et lumineuses fêtes de fin d'année!**

**Au plaisir de vous revoir et de vous recevoir.**

**Portez-vous bien!**

Christèle



## Citation... source d'inspiration

*"Faites le bien, par petits bouts, là où vous êtes; car ce sont tous ces petits bouts de bien, une fois assemblés, qui transforment le monde."*

Desmond Tutu



## Le saviez-vous ?



### L'Echinacée, la petite fleur des maux d'Hiver

L'**Echinacée** ou Echinacée est une jolie fleur de couleur pourpre à mauve, originaire d'Amérique du Nord. Son utilisation remonte au XVI<sup>ème</sup> siècle par les Amérindiens.

L'Echinacée est principalement connue comme étant un excellent stimulant du système immunitaire par activation des globules blancs, de sorte à rendre plus difficile pour les corps étrangers d'infecter les cellules. Cette immuno-stimulation, ses actions anti-inflammatoires, anti-infectieuses lui confèrent de multiples vertus, et en particulier celles de prévenir et traiter les maux d'hivers tels que rhume, rhinite, sinusite, grippe, rhinopharyngite, angine, otite, toux, etc...

En prévention, une cure de 6 semaines maximum, renouvelable mais avec une pause de 2 semaines entre chaque cure, permet de renforcer efficacement le système immunitaire et de préparer l'organisme à parer à toute « attaque » virale ou bactérienne. Dès les premiers symptômes de refroidissement, entamer immédiatement une cure intensive jusqu'à disparition des symptômes.

L'Echinacea se trouve facilement dans toutes les pharmacies. Elle est disponible sous diverses formes galéniques : capsules, gélules, teinture mère, macérât glycérolé. Selon la forme choisie, demandez conseil à votre pharmacien pour en connaître la posologie.

Attention, déconseillé aux femmes enceintes et allaitantes.

Signaler toute allergie connue et traitement en cours à votre pharmacien.

L'Echinacée stimulant la production de globules blancs, en informer votre médecin si vous devez faire pratiquer une analyse sanguine.

Pour toute information complémentaire, n'hésitez pas à me contacter.



## Évènement/Nouveautés



C'est la période des cadeaux alors pour gâter votre famille ou vos amis, pensez au

## BON CADEAU

Une belle et douce attention personnalisée pour offrir un moment de détente et de bien-être à un membre de votre famille ou à un(e) de vos ami(e)s, pour un anniversaire, les fêtes de fin d'année, un événement particulier ou tout simplement, pour faire plaisir...

		<b>BON CADEAU</b> CHRISTÈLE COUITTI NATUROPATHIE - COACHING DE VIE - MASSAGE-BIEN-ÊTRE + 33 (0)6 75 11 88 70 SUR RDV CONTACT@CHRISTELE.COUITTI.COM
Pour:	Montant:	
De la part de:		Valable 1 an à partir de:

## Le Parrainage Le plaisir de faire plaisir

**Vous êtes déjà client, offrez un bon de parrainage à votre filleul(e)**

**C'est 15 € qui vous sont offerts lors de votre prochaine séance**

**ET**

**15 € offerts à votre filleul(e) lors de sa première séance!**

	Christèle COUITTI Naturopathie - Coaching de Vie Massage-Bien-Être	
<b>OFFRE DE PARRAINAGE</b> Le plaisir de faire plaisir!		
Parrain/Marraine _____ 15 € offerts lors de ma prochaine séance		
Filleul/Filleule _____ 15 € offerts lors de ma 1 <sup>ère</sup> séance, sur présentation de ce coupon		
www.christele-couitti.com +33 (0)6 75 11 88 70 contact@christele-couitti.com TECHNOFARC - 145, Rue Clément Ader - 01430 St Genis Pouilly		

(bulletin disponible au cabinet)



## OFFRE COCOONING

Des prix tout doux pour vous chouchouter...

Du 1er Décembre 2017 au 31 Janvier 2018



### OFFRE COCOONING

L'hiver a pointé son bout du nez,  
Bientôt les congés de fin d'année,  
La période idéale pour chouchouter et se faire chouchouter !  
Venez découvrir ou redécouvrir

> **Le Californien :**

LE massage-bien-être par excellence, détente et relaxation de l'ensemble du corps.

- ✓ Pratique sur table, à l'huile,
- ✓ Environ 1h - 65 €\*, au lieu de 80 €

> **Visage-3 Rides :**

Massage-bien-être doux et très apaisant du visage. Relaxation garantie !

- ✓ Pratique sur table.
- ✓ Environ 30 mn - 35 €\*, au lieu de 45 €

Contactez-moi vite pour prendre Rendez-vous !

\*offre valable du 1<sup>er</sup> Décembre 2017 au 31 Janvier 2018

Pour connaître la palette de Massages-bien-être proposés et pour de plus amples informations sur l'ensemble de mes prestations, je vous invite à visiter mon site :

[www.christele-couiffi.com](http://www.christele-couiffi.com)

Ou me contacter

+33 (0)6 75 11 88 70

contact@christele-couiffi.com

TECHNOPARC - 165, Rue Clément Ader - 01630 St Genis Pouilly



Douces et lumineuses fêtes de fin d'année !