



Le mouvement
au service de votre santé

SANTÉ
PRÉVENTION
ÉQUILIBRE
MIEUX-VIVRE
ENSEMBLE



Manon Lerbour Naturopathe

Gestion du stress / Micro-nutrition /
Santé de la femme

Retrouver un équilibre durable, naturellement

Manon Lerbour vous accueille au sein d'ActiSanté pour vous accompagner vers une meilleure santé globale grâce à une approche naturelle et personnalisée. À l'écoute de vos besoins, elle vous aide à comprendre votre corps, à retrouver de l'énergie et à mettre en place des solutions concrètes et durables pour améliorer votre bien-être au quotidien.

PRENDRE RENDEZ-VOUS



naturopathemontpellier.com
Plus d'informations sur le cabinet
et les accompagnements



06 20 39 80 00
(lundi au vendredi)



ActiSanté
75 route de Boirargues
34970 Lattes

*Des professionnels engagés
à vos côtés*

Ses principaux domaines d'accompagnement



Gestion du stress

Apprendre à mieux gérer le stress et les émotions au quotidien grâce à des outils naturels (alimentation, plantes médicinales, respiration, hygiène de vie, etc.).



Micro-nutrition

Optimiser votre santé par une alimentation adaptée et personnalisée, en fonction de vos besoins et de votre mode de vie (carences, troubles digestifs, énergie, immunité, etc.).



Santé de la femme

Accompagnement à chaque étape de la vie : cycles menstruels, syndrome prémenstruel, fertilité, grossesse, post-partum, périménopause et ménopause.



Équilibre de vie

Retrouver un bien-être global en travaillant sur le sommeil, la vitalité, la digestion, l'immunité et l'hygiène de vie de façon naturelle et durable.



Prévention & vitalité

Des conseils personnalisés pour renforcer vos défenses naturelles et prévenir les déséquilibres, grâce à des solutions simples et adaptées à votre quotidien.



Approche globale

Une vision holistique de la santé, qui prend en compte le corps, le mental et l'environnement, pour des résultats durables et une meilleure qualité de vie.

*Une santé plus naturelle
pour une vie plus sereine* ♥



Une approche naturelle et bienveillante

Au sein d'ActiSanté, Manon Lerbour travaille en lien avec d'autres professionnels de santé pour vous offrir un accompagnement global et complémentaire. Son objectif : vous donner les clés pour retrouver un équilibre durable, en respectant votre rythme et vos besoins, grâce à des solutions naturelles, concrètes et adaptées.

*Avancer aujourd'hui
vers un demain qui vous ressemble*



www.actisante.net

*Des professionnels engagés
à vos côtés*