



La clinique du bien-être LE BONHEUR CLÉ EN MAIN

PAR KATHLEEN JUNION
kjunior@nicematin.fr

Nassima Lezzar a ouvert, en janvier, un centre novateur à Nice. Un lieu proposant une prise en charge totale de l'individu uniquement avec une équipe de spécialistes en médecines douces.

Se remettre en forme, en finir avec le burn-out ou encore le surpoids : la clinique du bien-être propose une approche globale pour prendre soin de soi, quelle que soit sa problématique. Nassima Lezzar, coach neuro-comportementaliste en nutrition, en est l'instigatrice. « J'ai rencontré beaucoup de personnes en souffrance au cours de ma carrière dans le milieu hospitalier, et ce projet, je l'ai mûri depuis des années », explique-t-elle en préambule. Et à force de volonté et de conviction, elle a réussi à s'entourer d'une dizaine de spécialistes en « Je voulais proposer une approche holistique au client. »

ostéopathe, un coach sportif qui est également formé à plusieurs types de massage, une kinésologue et une psycho-énergéticienne... Et une machine tout droit sortie du futur.

UN OUTIL INÉDIT

Chaque consultation commence par un entretien déclaratif suivi d'un non-déclaratif. « D'abord, j'essaie de cerner les besoins de la personne en faisant connaissance avec elle et ensuite, j'utilise la machine By Bellow. C'est un appareil équipé de capteurs électro-

graphiques qui nous donnent une cartographie de l'organisme », précise la coach. Grâce à deux électrodes positionnées sur le front et à des plaques métalliques

sur lesquelles on place les mains et les pieds nus, un courant imperceptible traverse le corps à travers 180 points en 45 secondes. « En fonction de la résistivité du corps et de la vitesse du courant, on va obtenir un bilan complet de l'état physique et psychique de la personne », ajoute-t-elle.

« On arrive à voir si elle est fatiguée, si elle ressent des douleurs quelque part, comment elle réagit au stress, à l'anxiété et surtout on arrive à définir en fonction de son état mental et corporel quel sport elle doit privilégier, quel aliment, quel type de massages... » Ensuite, Nassima Lezzar définit un parcours de soins avec le client, s'il est d'accord bien sûr, dont « le but est de faire de son bien-être une priorité. » Vaste, mais doux programme !

Bilan Biophysique By Bellow avec analyse et programme pendant 1 h 30 : 125 €. La durée du programme n'exécède jamais dix séances. Remboursée par certaines mutuelles. Rens. : lactiniquedubienetre.com

1. Nassima Lezzar utilise l'appareil By Bellow pour dresser un bilan physique et psychique de ses clients avant d'établir un programme de soins. Le tarif des séances suivantes dépend du type de spécialiste (45 à 80 euros).
2. Murielle Rol pratique l'hypnose ericksonienne au sein de la clinique.
3. Toute l'équipe de Nassima Lezzar réunie.
4. Laurence Evrad est naturopathe. 5. Jean-Marc Tafanel est ostéopathe-posturologue.