



**J'ai été formée et certifiée à la méthode « ARRET-TABAC.NET[®] »
conceptualisée par David Vigneron**

(Infirmier D.E, formateur en hypnose et en EFT, spécialisé en stratégies de réussite, développement personnel et neurosciences)

Pourquoi ai-je fait le choix de me spécialiser pour vous proposer cette méthode !?!

✓ Un taux de réussite record

95% des fumeurs en ayant bénéficié ont cessé définitivement de fumer.

✓ La garantie

Elle est valable à vie

Cela signifie que durant tout le temps de mon exercice, je vous accompagne lors d'une séance supplémentaire (gratuite) en cas de reprise de la cigarette.

A l'issue de cette deuxième séance, 95% des sujets motivés et engagés ont arrêté de fumer (cette garantie est contractualisée).

La méthode

ATN est une méthode douce associant les meilleures méthodes de sevrage tabagique : hypnose, PNL, cohérence cardiaque, ...

Elle a permis à des milliers de personnes d'arrêter de fumer totalement et définitivement.

Elle est indolore, agréable, naturelle et sans effets indésirables.

Votre accompagnement

• Avant la première séance

Dès le premier contact téléphonique, l'ensemble de l'accompagnement vous sera expliqué.

Puis le rendez-vous est fixé.

Enfin, vous recevez par mail un accès vous permettant de vous préparer efficacement, à votre rythme, au sevrage tabagique, via une plateforme internet (sans avoir besoin d'installer de logiciels sur votre ordinateur). Il s'agit de "la préparation" dont les détails figurent ci-dessous et seront développés via l'adresse du site ATN qui vous sera communiqué par mail.

Vous êtes préparé afin d'éviter ce piège qu'est la reprise.

Le sevrage est durable, tout est réuni pour réussir.

• La préparation

Avant notre rencontre, vous bénéficiez d'un accès réservé sur une plateforme internet qui vous permettra de vous préparer efficacement ; des vidéos sont à votre disposition ainsi que des fichiers en format PDF, des MP3, ...

Vous avancez à votre rythme, vous pouvez revenir en arrière, votre accès est illimité.

Cette préparation est indispensable pour toutes personnes qui souhaitent **se libérer définitivement du tabac** (nous travaillons notamment sur la dépendance psychologique, en vous proposant une excellente méthode de gestion du stress qui agit mentalement et physiquement. Elle contient entre autre des techniques d'auto-hypnose).

Le temps de préparation est d'environ 2 à 3 semaines, à raison de quelques minutes par jour.

• Consultation : Sevrage tabagique définitif, durée environ 2H00

Elle est personnalisée et individuelle, raison pour laquelle le taux de réussite est d'environ 95%*.

Plusieurs méthodes sont associées :

- **Hypnose** : destinée à mobiliser vos ressources inconscientes.
- **PNL** : C'est la Programmation Neuro-Linguistique se caractérisant par un ensemble de techniques destinées à programmer un comportement nouveau et sain, dans le but de vous débarrasser définitivement de la cigarette.
- **Cohérence cardiaque** : C'est une excellente méthode qui agit psychologiquement et physiquement et dont le but est de travailler sur la dépendance psychologique. Elle est très agréable, douce, et a été légèrement modifiée afin d'être plus efficace.



• Après la séance

Un accès internet réservé accessible 24H/24 vous permet de profiter de vidéos sur une durée de 16 jours dans le but de renforcer l'efficacité du processus.

• Prise de poids ?

Dans la plupart des cas, les personnes traitées ne prennent pas de poids. Cette méthode prend en charge la totalité de la dépendance tabagique.

De plus, vous bénéficiez, en fin de séance, de conseils personnalisés pour vous éviter de prendre du poids. Donc la prise de poids est rare (2 à 3 kg) ; la plupart des consultants stagnent (ne prennent pas de poids et n'en perdent pas) et certaines personnes en perdent.

Renseignements

Pour obtenir d'avantage d'informations sur la méthode, le taux de réussite et la garantie, rendez-vous sur le site : www.arret-tabac.net

IMPORTANT

Pour la méthode ATN la prise de rendez-vous **se fait uniquement par téléphone**

07.49.92.94.81