



Bonjour,

Il vous suffira de 15 minutes pour remplir ce petit questionnaire et me le renvoyer sur [houda.alcaraz@gmail.com](mailto:houda.alcaraz@gmail.com) au préalable de la consultation. Ceci nous permettra de privilégier une qualité d'échange et de conseils adaptés à votre situation.

**Ces informations sont bien entendu strictement confidentielles.**

Vos Coordonnées ?

---

Nom, Prénom :
Adresse :
Date de naissance :
Téléphone :
Mail :
Taille :
Poids :

L'objet de votre consultation ?

---

Votre situation familiale et professionnelle ?

---

Vos antécédents médicaux / Allergies / Traitements en cours / Contre-indications médicales ?  
Grossesse en cours ou risque de grossesse.  
*Renseignements nécessaires pour le conseil en huiles essentielles*

---

Vos antécédents familiaux / Traumatismes importants (décès, maladies, séparations, chocs émotionnels, etc...). Naissance par voie basse ou césarienne ?

---

Avez-vous pris des antibiotiques de manière régulière, dès la naissance ?

---

*Tout rendez-vous non annulé 24H avant consultation sera facturé. Merci pour votre compréhension*  
[www.meshuilessentielles.com](http://www.meshuilessentielles.com)  
SIRET 50913924200028



Avez-vous pris des antibiotiques/corticoïdes récemment ?

---

Etes-vous dépendant à la nicotine, alcool.... Vous pouvez répondre par oui ou non.

---

Prenez-vous un contraceptif ? Si oui, lequel ?

---

Votre situation physiologique et vos habitudes alimentaires ?

---

- Transit : digestion/ballonnements/douleurs digestives/flatulences ?
- Fréquence des selles ? Couleur des urines le matin ?
- Appétit : bon, léger, pulsions alimentaires ? Salées ou sucrées ?
- Journée type d'alimentation (détailler) :
  - Petit déjeuner :
  - Midi :
  - Goûter :
  - Soir :
  - Grignotages :

Vous sentez-vous irritable ? impatient ?

---

Avez-vous des problèmes de concentration ?

---

Votre qualité de sommeil ?

---

Faites-vous du sport ? Si oui, à quelle fréquence ?

---

Avez-vous quelque chose que vous aimeriez ajouter ?

---

Je vous remercie infiniment d'avoir pris le temps de répondre à ce questionnaire

*Tout rendez-vous non annulé 24H avant consultation sera facturé. Merci pour votre compréhension*

[www.meshuilessentielles.com](http://www.meshuilessentielles.com)

SIRET 50913924200028