

Sophrologie & Reiki




Stress, surcharge mentale, burnout

Vous vous sentez sous pression, fatigué mentalement, à bout ?

Sophrologie et Reiki pour les actifs *et personnes en période difficile*

 Sophrologie






-  Gestion du stress
-  Prévention du burnout
-  Outils concrets au quotidien

 Accompagnement sur plusieurs séances

 Reiki

Pratique énergétique japonaise traditionnelle



-  Détente profonde
-  Soulagement des tensions
-  Equilibre émotionnel

 1 à 3 séances selon le besoin
recommandé à chaque changement de saison

Accompagnement structuré et personnalisé.
Cabinet à La Ferté Bernard et rendez-vous sur
demande à Villaines la Gonais.

www.diacinese.fr - 07 81 17 35 18

Les séances ne substituent pas à un suivi médical et/ou psychologique

Infos &
prise de RDV



Emmanuelle
ASTORG BRINON
SOPHROLOGUE
MAITRE REIKI