



BIEN-ÊTRE ADULTES/ENFANTS

SOINS HOLISTIQUES

Praticienne et enseignante Lahochi, mais aussi éducatrice de jeunes enfants, j'accorde une importance particulière à l'approche holistique du bien-être de la personne, quel que soit l'âge de la vie.

Pour cela, je propose différentes prestations à votre domicile et adaptables à vos besoins, pour prendre soin de vous ou de votre enfant.

Pour les enfants, animation d'ateliers individuels :

Pour soulager les maux, apaiser, sécuriser...

- **Réflexologie bébé/enfant**
- **Massage bien-être bébé**

Je vous accompagne pour utiliser ces outils et soutenir votre parentalité par le biais d'un atelier individuel avec votre enfant

Séance yoga kids (à partir de 3 ans)

Pour prendre plaisir avec votre enfant et renforcer sa confiance en lui

Gestion des émotions, relaxation



... Mais aussi pour les adultes : soin et massage énergétique

Massage détente

Soin relaxant grâce à la stimulation de zones réflexes du visage, mains et pieds ; détente instantanée



Soin Lahochi

Ce soin énergétique permet de ressentir des bienfaits physiques et émotionnels, en dénouant les blocages présents dans votre corps

« L'enfant est un miroir de notre propre humanité, qui nous invite à prendre soin de nous-mêmes pour mieux prendre soin de lui. » Boris Cyrulnik

Pour me contacter : Par mail perpinaberengere@gmail.com ou par téléphone 06.88.16.86.83
L'Angélie - 3 impasse Les Galinières 11120 Sainte Valière - SIRET 95289002800014