

Devenez autonome avec

7 ATELIERS SUR MESURE

pour mettre en accord

VOTRE CORPS ET

VOTRE ESPRIT

AUTO-STIMULATION EN REFLEXOLOGIE ET DEVELOPPEMENT PERSONNEL

QUI SAIT MIEUX QUE VOUS CE
DONT VOUS AVEZ BESOIN?



ALLONS PLUS LOIN ENSEMBLE DANS
CE QUE VOUS AVEZ ENCORE À DÉCOUVRIR
DE VOUS!

LE PROGRAMME ?

7 ATELIERS SUR MESURE À THÈMES :

15/11/2023 : “Anti -Stress”

13/12/2023 : “Mieux Dormir”

17/01/2024 : “Mieux Digérer”

14/02/2024 : “Bien-être de vos articulations”

13/03/2024 : “Booster sa Vitalité”

17/04/2024 : “Détox de l’organisme”

15/05/2024 : “Gestion des émotions”

POUR QUOI ?

- ✦ Devenir ACTEUR de son bien-être
- ✦ Maintenir / retrouver son équilibre
- ✦ Se reconnecter à son corps et ses ressentis
- ✦ Savoir se soulager et mieux s'écouter
- ✦ Se reconnaître dans ses forces et ses faiblesses

Savoir se faire passer en priorité!

CONCRETEMENT ?

VOUS DECOUVRIREZ :

✦ Comment adopter des gestes d'auto-stimulation à intégrer à votre quotidien sur votre visage et vos mains.

✦ Quelques notions anatomiques selon les thèmes pour mieux comprendre le fonctionnement de votre métabolisme.

✦ Aller plus loin avec la transmission de clés de développement personnel, pour mieux vous comprendre et évoluer.

“ Le corps est le temple de l'esprit ”

QUAND ?

1 MERCREDI PAR MOIS DE 18H30 A 20H

**à la salle Saint Exupéry, aux Tilleuls
Le champ Saint Père.**

Tarif : 30 euros par atelier.

**Engagement sur l'ensemble de mes ateliers :
le 1er est OFFERT!**

Sur inscriptions, places limitées à 8 personnes max.

**Toute participation à mes ateliers vous donne droit à -10%
sur une séance personnalisée de 1h30 à mon cabinet à
domicile**



Ludivine Locteau

RÉFLEXOLOGIE

Plantaire, palmaire, faciale, auriculaire
et COACHING

en développement personnel

DES QUESTIONS?

N'hésitez pas à me contacter au:
0670184560

**AU PLAISIR D'ÉCHANGER,
VOUS RENCONTRER!**

Réflexologue certifiée EIR
Ecole Internationale de Réflexologie
Méthode FISCHMANN
Spécialisée en Soins de Support

376 la Baffardière
85540 Le Champ-saint-Père