

DETAILS DES SOINS
en COULEURS :



Une réconciliation en soi

Relax détente 1h :	70 €
Soin Energétique 1h30 :	90 €
Libération émotionnelle 2h :	110 €

Chaque séance comprend un temps d'accueil
et un temps de repos en fin.



Sérénité et détente :

Méditation en douceur

Libération des mémoires corporelles

Réparation émotionnelle :

Une autre relation avec son corps.

ET AUSSI !



Pré/post natal maman, papa et bébé

Accompagner la future maman

(à partir du 4^{ème} mois et avec l'accord du médecin traitant)

Détente progressive

tout au long de la grossesse,

Et après ...

Intégrer le père dans la relation
père-mère-enfant

(offert) Initiation au massage bébé

En certification Sensitive Gestalt Massage®



Laurence Riès

Sophrologue - Somatothérapeute
Gestion du Stress - Libération émotionnelle
Énergéticienne - Chromothérapie

06 63 78 38 85

rieslaurence@gmail.com
www.laurenceries.com

Ne pas jeter sur la voie public



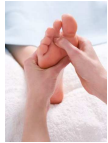
Laurence Riès

**Réconciliation
en Soi**



Les Massages dans l'énergie

Permettent par des gestes doux mais fermes, de **relaxer le corps**, en travaillant sur les points de tension liés au stress, à la fatigue et de **libérer** la mémoire des émotions à l'aide de la **puissance des couleurs**.



Mais aussi :

Les massages **stimulent** les systèmes nerveux, circulatoire et **harmonisent** le flux d'énergie dans le corps.

La respiration (sophrologie) : c'est la "force de vie" que l'on **INSPIRE**. **L'EXPIRE**, est le pont qui relie le corps au coeur, en **circulant** librement entretient la santé et conscience physique et mentale.



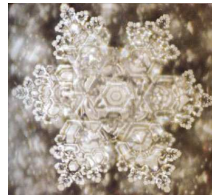
Combien de séances faut-il faire ?

Préconisation selon son ressenti :

3 séances sont nécessaires pour commencer à retrouver un bien-être du corps. Elles devront être espacées de **2 à 3 semaines minimum** afin de laisser au corps un juste temps d'intégration.

Après chaque séance : il est profitable de prévoir un temps de décompression afin d'harmoniser en profondeur le travail effectué.

Il est conseillé de **boire 1,5 litre** d'eau par jour dans les 2 jours qui suivent la séance, afin de faciliter le travail d'élimination.



Huiles Essentielles Naturelles

Ces huiles **BIO et 100% naturelles** permettent de dynamiser, d'autres de se **détendre** et de se **relaxer**.

Pour qui ? Pour TOUS !

Pour ceux et celles qui ont besoin d'un **accompagnement adapté** et d'une **prise de conscience** au travers des massages psycho-corporels, afin de :

- * **Retrouver** le bien-être corporel et la détente
- * **Intégrer** ses réflexes posturaux
- * **Ressentir** son corps et l'**écouter**
- * **Dénouer** les points de tension
- * **Nettoyer** les émotions et blocages
- * **Libérer** le stress - En **Sécurité**
- * Faire **circuler** le flux énergétique
- * Etre **Autonome** au quotidien
- * Séance **post-traumatique, pré/post-opératoire, convalescence, longue maladie.**

Mais aussi pour les **futurs-mamans, Les futurs-papas** et les **bébés ...**

