

«Tendance bonheur n'est pas un salon-atelier comme les autres. Il a pour mission d'inspirer chacun d'entre nous et raconter l'histoire de ce que peut être le monde de demain...».



**MARIE-LAURE
BLANCHARD**

**Tendance
BONHEUR**

15 & 16 avril 2023
La Charpinière
à Saint-Galmier (42)

59 euros

www.tendancebonheur.fr

Se re-connecter à soi
Se faire chouchouter
Se libérer pour plus de sérénité

Une demi-journée de soins rien que pour vous!

Venez entre copines, entre potes en groupe ou en solo...

Ateliers découverte: Massage, relaxation soins bien-être, sophrologie, acupuncture, luminothérapie, médecine chinoise, hypnose, coaching...
Découvrez et expérimentez de nombreuses pratiques de médecine douce...

PORTRAIT PARTENAIRE

THERAPEUTE EN MASSAGE HOLISTIQUE ET SOINS ENERGETIQUES - COACHING DU CHANGEMENT

Luminothérapie et relaxation combinées

CONTACT

Odamaya
Marie-Laure
Blanchard

*Espace Bulle d'R,
89 Rue Victor de Boissieu,
42210 Montrond-les-Bains

*Résidence l'Astrée,
11, rue du Collège,
42600 Montbrison

*Verrières, 42260 Saint-Germain Laval

06.86.72.57.08
info@odamaya.fr
www.odamaya.fr

PRATIQUE

Marie-Laure accompagne chaque client, en accord avec ses besoins uniques et spécifiques, dans sa démarche d'autonomie au service de sa santé et de son bien-être pour devenir acteur et auteur de sa vie mais également de ses actions au quotidien. L'écoute, la compréhension et l'adaptation sont au cœur de sa pratique pour se connecter à VOUS !

Elle propose diverses approches et techniques de soins :

- **Les massages bien-être venus du monde entier** qui permettent à chacun de se détendre, se relaxer, se recentrer, de lâcher-prise et atteindre le mieux-être. Chaque massage sera à l'écoute de votre besoin personnel mais également de celui de votre corps. De 0 à 99 ans, seul(e) ou en Duo, à 2 mains ou à 4 mains. Venez aussi apprendre à masser lors d'un atelier entre amoureux, entre parent/enfant, entre copains ou copines, ...

- **Les soins énergétiques** qui permettent de rééquilibrer votre énergie vitale, d'apaiser votre corps et votre esprit, de vous reconnecter à l'essentiel (physique, mental, émotionnel, spirituel) afin de favoriser l'émergence de votre potentiel nature. Ils sont bien plus qu'un soin corporel. Ils sont un soin de l'âme. Grâce aux énergies de l'instant, à la lumière, aux vibrations, aux sons, aux chants, vous cheminerez ensemble avec respect et bienveillance, afin de laisser émerger ce qu'il se doit.

- **Le coaching individuel** pour vous aider à définir clairement votre stratégie motivationnelle comme axe prioritaire du changement désiré. Mieux comprendre et identifier votre situation actuelle pour appréhender de manière consciente et réfléchie les orientations que vous souhaitez mener pour votre épanouissement personnel et professionnel (consultations en présentiel et distanciel en visio).

LES BIENFAITS POUR DES MAUX

-S'accorder un moment de ressourcement et de bien-être.

-Rétablir un équilibre et une circulation énergétique harmonieuse.

-Faciliter les prises de conscience permettant à chacun de franchir d'importantes étapes dans son développement intérieur et agir ainsi sur les troubles de déséquilibre :

libération des tensions et douleurs physiques et émotionnelles, troubles du sommeil, fatigue chronique, rumination mentale, anxiété, accompagnement de la grossesse, ...

ATELIERS PROPOSES

Ateliers individuels de découverte d'une technologie de Luminothérapie et Relaxation combinées qui a pour but de récupérer de la fatigue, stopper la rumination, retrouver un sommeil récupérateur, lutter contre les états de dépression saisonnière ou encore de pratiquer une séance de relaxation profonde ou de méditation.