

Les professions

Massage
Coaching
Hypnothérapie
Sophrologie
Relaxologie
Yoga

Journées solidaires Bien-être, qu'est-ce que c'est ?

Projet destiné aux jeunes Rungissois, cette action solidaire a pour objectif de rendre accessible des activités de mieux-être.

7 professionnelles du soin se sont mobilisées pour vous offrir et vous faire découvrir leurs techniques. Entre détente, lâcher prise et massage, vous pourrez à coup sûr rebooster votre énergie et votre confiance en soi.

Infos pratiques

Séances offertes ! Toutes les prises de rendez-vous se font par téléphone auprès des professionnelles. Pour les mineurs, le rendez-vous doit être pris par les parents.

Le virus circule toujours, merci de respecter les gestes barrières. Tous les aménagements sont prévus pour respecter la distanciation.

JOURNÉES SOLIDAIRES BIEN-ÊTRE

Pour lycéens & étudiants

28 / 29
mai

Espace du Sport

Inscrivez-vous vite !



Pour un moment
dédié à la détente
et à la relaxation !

Contacts et planning
des professionnelles

Au programme

Vendredi 28 mai
9h30-13h

 **Delphine Massy**

Masseuse bien-être
40 mn de massage
06 61 77 26 96

 **Cécile Varlet**

Coach, hypnothérapeute et énergie
45 mn de séance individuelle
07 69 95 82 22

 **Ludivine Patat**

Hypnothérapeute
1 heure de séance individuelle
1 heure de séance parents/enfants
1h30 de séance collective (4 pers. max.)
06 59 12 00 80

 **Béatrice Boutemine**

Sophrologue et relaxologue
45 mn de séance individuelle
1 heure de séance parents/enfants
1h de séance collective (4 pers. max.)
06 74 80 63 24

 **Coralie Salemi**

Professeur de yoga
1 h de séance collective (4 pers. max.)
06 49 54 28 29

Vendredi 28 mai
14h-17h30

 **Justine Fillonneau**

Réflexologue
30 mn de séance
02 76 86 37 22

 **Ludivine Patat**

Hypnothérapeute
1 heure de séance individuelle
1 heure de séance parents/enfants
1h30 de séance collective (4 pers. max.)
06 59 12 00 80

 **Béatrice Boutemine**

Sophrologue et relaxologue
45 mn de séance individuelle
1 heure de séance parents/enfants
1h de séance collective (4 pers. max.)
06 74 80 63 24

**Action solidaire :
toutes les séances
sont offertes !**



Samedi 29 mai
9h30-13h et 14h-17h30

 **Justine Fillonneau**

Réflexologue
30 mn de séance
02 76 86 37 22

 **Ludivine Patat**

Hypnothérapeute
1 heure de séance individuelle
1 heure de séance parents/enfants
1h30 de séance collective (4 pers. max.)
06 59 12 00 80

 **Béatrice Boutemine**

Sophrologue et relaxologue
45 mn de séance individuelle
1 heure de séance parents/enfants
1h de séance collective (4 pers. max.)
06 74 80 63 24

 **Julie Sejourne**

Massage bien-être de 14h à 17h30
20 mn de massage assis
et auto-massage
06 20 65 71 99

Détails des séances auprès des
professionnelles au moment de la prise de
rendez-vous.