

Séances Guidées par Justina Wolski

Thérapeute certifiée gestion du stress en entreprise et prévention du burn-out Annuaire GPS 2021/2022

GESTION DU STRESS ET DES EMOTIONS

en entreprise et milieu professionnel

RELAXATION GUIDÉE

Détente complète du corps et de l'esprit - Respirations pour réguler le rythme cardiaque - Imagerie mentale positive - Relaxation guidée finale

30 Minutes - 50 euros

MÉDITATION POUR TOUS

Posture du corps et de l'esprit - Calme mental - Développer la lucidité, la concentration et une meilleure connaissance de son fonctionnement émotionnel

45 Minutes - 60 euros



Infos et Contact

Justina Wolski 0777043001

labellehypnose@gmail.com

Siret: 84922039700012