

Quanta Soi

Accompagnement & Soins holistiques

✉ contact@quanta-soi.fr | ☎ 06 21 77 40 90

Afin d'adapter mon intervention au plus près des souhaits et attentes de vos équipes et collaborateurs.

Déplacement en Dordogne et les départements limitrophes
(16, 19, 33, 46, 47, 87).

” En faisant **scintiller** notre lumière,
nous offrons aux autres
la possibilité **d'en faire autant.**

N. Mandela ”



Retrouvez-moi sur quanta-soi.fr

SIREN : 933875023



Quanta Soi

Accompagnement &
soins holistiques
pour une QVCT.*

*Qualité de vie et des Conditions de Travail

"Pour exprimer et vivre sa quintessence"

Thérapeute dans l'accompagnement en mieux-être et praticienne en soins de bien-être naturels, j'interviens de manière régulière ou ponctuellement en entreprise ou tout autre lieu de travail, collectivités organismes, dans une démarche de QVCT (Qualité de Vie et des Conditions de Travail) car la santé de chacun est essentielle pour le bien-être collectif.

Mes interventions s'appuient sur mon expérience infirmière en santé mentale enrichie de pratiques de soins holistiques.

Les disciplines de bien-être holistique cherchent à prévenir, équilibrer et améliorer le bien-être de manière douce en considérant la personne dans ses dimensions physique, psychique et émotionnelle.

” Vos croyances deviennent vos pensées,
Vos pensées deviennent vos mots,
 Vos mots **deviennent** vos actions,
Vos actions deviennent vos habitudes,
 Vos habitudes deviennent vos valeurs,
Vos valeurs deviennent votre destinée. ”

Gandhi



En individuel ou collectif

En groupe, atelier ludique

- Mieux-être
- Connaissance de soi et épanouissement de soi par des outils de développement personnel, pratiques de pleine conscience et de qi gong

En individuel, soin bien-être

- Hypnose / Relaxation
- Réflexologie
- Sonothérapie
- Photostimulation
- Elixirs floraux

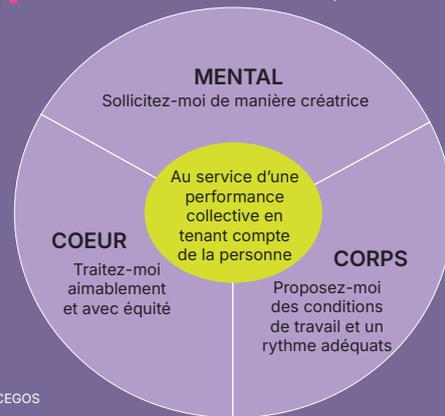


” La plus grande découverte,
c'est que les êtres humains
 peuvent transformer leur vie
en modifiant leur état d'esprit. ”

W. James



✳ Le bien-être au travail : considérer la personne entière



©CEGOS

Je vous accompagne, comme le disait Nelson Mandela, afin « Que **vos choix** reflètent **vos espoirs** et non vos **peurs** » et ainsi reprendre les rênes et les rêves de **votre vie.**