

SOPHROLOGUE RELATIONNELLE

"SPECIALISATION ACOUPHENES"

PRATICIENNE EFT CLINIQUE

THERAPIE EN MOUVEMENTS  
OCULAIRES



"S'accordez un temps pour la redécouverte de soi,  
l'acceptation de soi et l'épanouissement profond de son être"

**Contactez moi pour plus  
d'informations**

**Eve MALLET**

30 Impasse la Valette  
26130 Saint Paul Trois Châteaux

06 60 36 42 40  
eve1221@hotmail.fr

[facebook.com/eve.mallet.sophrologue](https://facebook.com/eve.mallet.sophrologue)

## **SOPHROLOGUE RELATIONNELLE**

Je vous convie à une expédition intérieure à travers la sophrologie où chaque séance est une escale vers plus d'équilibre et d'harmonie dans votre vie.

Pourquoi vivre mes séances :

- Améliorer la qualité du sommeil
- Mieux gérer ses émotions
- Améliorer sa confiance en soi
- Apaiser les tensions musculaires et douleurs physiques



## **"SPECIALISATION ACOUPHENES"**

Protocole clinique créé et validé par l'hôpital CLAIRVAL.

La sophrologie offre des outils concrets pour mieux vivre avec les acouphènes et en réduire l'impact sur la qualité de vie.

## **PRATICIENNE EFT CLINIQUE**

C'est la version émotionnelle de l'acupuncture sans aiguille.

Cette technique, utilisant le corps et l'esprit, nous permet de nous libérer rapidement des émotions qui se sont ancrées en nous à la suite d'évènements perturbants.

L'EFT clinique améliore la confiance en soi, réduit le stress, traite les phobies, gère les douleurs physiques, réduit les addictions et améliore la santé émotionnelle.

## **THERAPIE EN MOUVEMENTS OCULAIRES**

Permet le retraitement narratif et intégratif du traumatisme émotionnel.

Elle repose sur l'idée que les souvenirs traumatiques peuvent être stockés dans le cerveau d'une manière dysfonctionnelle, entraînant des problèmes psychologiques tels que le stress post-traumatique, l'anxiété, les phobies, etc.

Séances individuelles : 50 €

Ateliers collectifs de sophrologie : 120€ les 10 séances

**Séances à domicile ou au cabinet**

Ne pas jeter sur la voie publique