



Laurence Geraud

🌿 Laurence propose une approche psychocorporelle douce et profonde, alliant sophrologie, soins énergétiques et accompagnement des émotions. Elle guide chacun sur un chemin de libération des tensions, de reconnexion à soi et de retour à l'harmonie intérieure, dans un cadre respectueux et apaisant.

✨ Ses accompagnements s'articulent autour de :

La Sophrologie : respiration, visualisation positive, harmonie corps-esprit

La Bulle des Émotions : ateliers ritualisés pour aider petits et grands à mieux vivre leurs émotions avec douceur et créativité.

Les soins énergétiques Corps, Cœur et Essence : rééquilibrage global de l'être

La présence thérapeutique : une posture d'accompagnement pleine de justesse et d'ancrage qui s'inspire profondément de son parcours à l'École De La Posture Juste à Bruxelles où elle est accompagnante-enseignante aux côtés de **Thierry Janssen**, le fondateur de l'école.

La Sophro-balade : marche consciente en pleine nature, au rythme de soi

🎯 Pour qui ? Enfants, adolescents, adultes, familles... toute personne en quête de mieux-être émotionnel, équilibre intérieur ou libération des tensions.

☀️ Une approche douce, intuitive et profondément humaine, pour remettre en mouvement les ressources de chacun et favoriser un mieux être profond et durable

☎️ Coordonnées 06.87.81.38.27

<https://www.laurencegeraud-sophro2vie.fr/>

📍 Ateliers, séances individuelles ou en groupe .

☀️ **"Prenez un temps pour vous, pour retrouver équilibre et sérénité."**

