



# Communiqué de Presse

Pour diffusion immédiate

**Corinne Mahaut lance de nouvelles séances de sophrologie pour améliorer le bien-être des particuliers et des employés d'entreprise à Sierre et Flanthey**

**Sierre, Suisse** - Corinne Mahaut, sophrologue expérimentée basée à Sierre et Flanthey, annonce le lancement de ses nouvelles séances de sophrologie destinées à améliorer le bien-être et la qualité de vie des particuliers et des employés d'entreprise.

Avec une approche personnalisée et bienveillante, Corinne offre des solutions adaptées pour surmonter le stress, l'anxiété, la fatigue et les défis de concentration.

## Des bénéfices tangibles pour tous

Corinne Mahaut utilise des techniques de sophrologie éprouvées pour aider ses clients à retrouver un sommeil réparateur, à gagner en résilience et en confiance en soi, et à cultiver une énergie positive quotidienne.



Les séances sont conçues pour intégrer facilement dans la routine quotidienne des participants sans perturber leur emploi du temps, permettant ainsi un équilibre parfait entre vie professionnelle et personnelle.

## **Séances adaptées à divers besoins**

Les services de Corinne sont disponibles à travers une gamme de formats, incluant des séances individuelles et des ateliers de groupe, qui peuvent être réalisés aussi bien à son cabinet en ville à l'Espace Chèndâ, Avenue du Général Guisan 19 à Sierre, qu'à son domicile, Route du Poupet 15 à Flanthey.

Ces ateliers et sessions sont également proposés en ligne pour ceux qui préfèrent la commodité des solutions digitales.

## **Engagement envers la communauté locale et les entreprises**

En plus de ses séances pour particuliers, Corinne propose des programmes spécialement conçus pour les entreprises, visant à améliorer la qualité de vie au travail.

Ces sessions aident les employés à gérer le stress, à renforcer la cohésion d'équipe et à augmenter la productivité générale.

Corinne travaille étroitement avec les RH et les gestionnaires pour créer des programmes sur mesure qui répondent aux besoins spécifiques de chaque organisation.



## À propos de Corinne Mahaut

Sophrologue certifiée, Corinne Mahaut a une passion pour aider les autres à découvrir leur potentiel de bien-être grâce à la sophrologie.

Après avoir elle-même expérimenté les bienfaits de cette pratique lors de périodes de stress intense, elle a décidé de se consacrer à l'enseignement de cette technique puissante.

Pour plus d'informations sur les séances, les ateliers ou pour organiser une entrevue avec Corinne Mahaut, veuillez contacter :

**Corinne Mahaut**

Espace Chèndâ

Avenue du Général Guisan 19, 2969 Sierre, Suisse

Route du Poupet 15, 3978 Flanthey, Suisse

Téléphone : 076 824 12 71

Email : [econtact@essenciels.ch](mailto:econtact@essenciels.ch)

Site web : [www.essenciels.ch](http://www.essenciels.ch)

Fin du Communiqué