



Les mains sur le coeur



Le massage bien-être accompagne les personnes âgées en EHPAD ou en logement autonome afin d'améliorer leur confort et leur qualité de vie, en complément des soins et en lien avec les équipes professionnelles.

Anna Le Blaye, les mains sur le coeur,
Talensac, à l'Ouest de Rennes
contact@lesmainssurlecoeur.fr
06 84 43 96 66



***Faites rimer l'avancée en
âge et bien-être !***



Les bienfaits de cette approche non médicamenteuse

Diminution des douleurs, des tensions et du stress

Amélioration de la détente, de la mobilité et de la circulation

Apaisement émotionnel et sensation de mieux-être

Maintien de la conscience corporelle



Le toucher bienveillant favorise également la relation, la communication et le sentiment de sécurité, y compris chez les personnes présentant des troubles cognitifs

Les prestations

Individuel

Recevoir un massage des mains, des pieds ou de la tête
(15-30 minutes par personne, durée minimale sur site 1h)

Collectif

Apprendre l'auto-massage japonais des mains (1h, 10 personnes maximum)

60 minutes à partir de 60,00€ TTC, plus les frais de déplacement, si plus de 10 km depuis Talensac, mise à disposition d'un espace gratuitement, sinon le prix de la location de la salle inclus dans le prix de ma prestation pour me garantir minimum 60 euros de l'heure.