

# Décodez votre sommeil AVANT QU'IL NE VOUS EPUISE !

Énergétique chinoise : rechargez vos batteries, boostez vos talents.

## ATELIER COLLECTIF DE 1H30 OU 3H

- Optimisez votre sommeil et boostez votre performance grâce aux techniques de la Médecine Traditionnelle Chinoise.
- Identifiez les signes d'un sommeil perturbé et comprenez son impact sur vos performances.
- Boîte à outils sommeil réparateur pour les pros : des solutions pratiques et efficaces.

**Techniques concrètes pour un repos optimal, inspirées de la sagesse chinoise**

**PRÉSENTIEL OU VISIO**

**JUSQU'À 10  
PARTICIPANTS**

**Aurélia**

*Praticienne en énergétique traditionnelle chinoise  
Secouriste en Santé Mentale*

CABINET TUYET MAI  
ENERGETIQUE TRADITIONNELLE CHINOISE  
06 74 70 94 94

[aurelia@cabinet-tuyetmai.fr](mailto:aurelia@cabinet-tuyetmai.fr)

