

# AGNÈS JEANNOT, AVEC LE REIKI, ELLE PEUT VOUS AIDER À RETROUVER LE SOURIRE...

Depuis début janvier, « AJ Souris à ta vie » est le nom qu'Agnès Jeannot a trouvé pour désigner sa structure. Praticienne bien-être et Maître Reiki elle a installé son cabinet à Perreux.

## UNE APPROCHE NATURELLE POUR VOTRE SANTÉ

Après avoir exercé pendant 27 ans son métier d'aide-soignante, Agnès a décidé de gagner en liberté et en authenticité en se tournant vers des techniques de bien-être pouvant soulager l'être de ses souffrances.

Ayant elle-même expérimenté les bienfaits du reiki, un art énergétique japonais dont les effets de bien-être et antistress sont cliniquement prouvés, elle a voulu faire partager son expérience.

Si vous cherchez une approche plus naturelle pour votre santé, ou si vous voulez simplement vous sentir rétabli et rééquilibré elle se propose de vous y aider.

## LE REIKI POUR SE DÉBARASSER DE BLOCAGES ÉMOTIONNELS

C'est auprès de Joël Dambreville son maître-enseignant, qu'Agnès s'est initiée au 1er, puis 2e et enfin 3e degré de cet art ancestral. Elle est désormais Maître Reiki Usui depuis juillet 2020, dépendant de La Fédération Reiki Usui (LFRU).

Le Reiki agit au niveau physique, mental et spirituel, il vous invite à une mise ou une remise en contact avec votre propre «force vitale». Il permet :

- de se libérer de blocages et d'empreintes émotionnelles
- de favoriser la détente et le sommeil
- de se procurer la paix et la sérénité profonde
- d'augmenter l'estime et la confiance en soi
- d'apporter une meilleure connaissance de soi et de ses besoins
- d'avancer sur un chemin de guérison

## LÂCHER PRISE AVEC LE MASSAGE TIBÉTAIN

Agnès propose également le massage Tibétain (Ku Nye) avec ou sans l'utilisation de bols (relaxation sonore et vibratoire invitant au lâcher-prise profond).

## VALIDÉS PAR DAVID GRAND DES MASSAGES ASSIS

Bientôt Agnès va proposer des séances de Sonothérapie individuelles ou de groupe (méditation sonore et vibratoire impactant le corps et le mental), ainsi que des massages assis (AMMA) validés par David Grand, qu'elle pourra

pratiquer à son cabinet, à votre domicile, en entreprise et même dans la nature.

## POUR EN SAVOIR PLUS

[www.ajsourisatavie.com](http://www.ajsourisatavie.com)

«Vous ne pouvez pas revenir en arrière et changer le début de votre histoire, mais vous pouvez commencer là où vous en êtes... et changer la fin.» conclut Agnès qui le temps d'une écoute bienveillante vous propose d'être votre guide sur le chemin du mieux-être.



### INFOS PRATIQUES

JEANNOT Agnès : AJ Souris à ta vie  
246 rue du Moulin Tampon à PERREUX  
06 19 20 55 78  
[www.ajsourisatavie.com](http://www.ajsourisatavie.com)

