



GE m'énergise!

• MASSAGE • REIKI • COURSE •

AVEC GENEVIÈVE CARON

Votre infolettre énergisante du mois !



Je vous souhaite à tous une très belle année 2025 !

Qu'elle soit remplie de petits et grands bonheurs, de santé et de bien-être. Que chaque journée vous apporte un peu plus de douceur et un peu moins de stress, de tensions, et surtout, de maux de dos. 😊

Si jamais c'est le cas, sachez que je suis toujours disponible pour prendre soin de vous dans l'un de mes locaux. Contactez-moi ✨

Merci

pour les 38 445 minutes
passées avec
vous en 2024 !!!

GE m'énergise!
• MASSAGE • REIKI • COURSE •

Comme vous le savez, ma mission est de vous aider à vous sentir mieux et à améliorer votre qualité de vie à travers mes différents services offerts. La liste s'allonge avec les années (et j'en suis fière) afin de vous offrir des solutions toujours plus adaptées à vos besoins. Je suis à l'écoute et je m'ajuste en fonction de vos demandes. Je suis touchée de voir que vous revenez me voir mois après mois pour soulager vos maux. En 2024, c'est 38 445 minutes passées avec vous. ⌚

Je n'en reviens pas. 🥰

Merci à chacun d'entre vous pour votre confiance et votre présence. Ça me touche beaucoup. 🙏❤️

Femme enceinte



🌸 **Le massage chez les femmes enceintes : un moment de bien-être essentiel !** 🌸

La grossesse est une période magnifique, mais elle peut aussi être source de stress et d'inconfort pour plusieurs femmes. En tant que massothérapeute, j'adore accompagner mes clientes à travers cette phase unique de leur vie en leur offrant des massages adaptés qui soulagent les tensions et favorisent leur bien-être. C'est un réel privilège pour moi de le faire !

Pour [découvrir tous les détails](#) et en savoir plus sur le massage pour les femmes enceintes, je vous invite à lire mon article sur mon site web.

N'hésitez pas à me contacter si vous souhaitez réserver une séance ou me poser des questions. Votre bien-être est toujours ma priorité.

En janvier, vos assurances repartent à zéro. Et si vous faisiez pareil ?

Offrez-vous un moment de bien-être pour recharger vos batteries et démarrer l'année sur une bonne note.

Après tout, vos assurances sont là pour ça, aussi bien en profiter !



"Le bien-être commence par soi-même."

J'utilise souvent les ventouses pour mes auto-massages. Elles aident à dénouer les tensions et favorisent une bonne circulation sanguine. C'est un petit moment pour moi qui me permet de me ressourcer et de prendre soin de mes muscles au quotidien. 💪 ✨

Le sens du goût est aussi important pour compléter votre expérience de massage. À la fin de votre séance, je vous offre de délicieux petits caramels ou chocolats. Ces douceurs apportent une touche réconfortante et agréable, ajoutant une note finale parfaite à votre moment de détente. Le sucre vous offre un petit plaisir qui prolonge votre bien-être et complète harmonieusement votre relaxation.





Chaque respiration peut être une invitation à accueillir le positif dans votre vie. Prenez un instant pour fermer les yeux et apprécier l'air qui entre et sort de vos narines. Ressentez cette énergie qui vous traverse et apportez votre attention aux petites choses qui vous entourent.

Intégrez des moments de gratitude dans votre routine.

Que ce soit en notant trois choses pour lesquelles vous êtes reconnaissant chaque jour, ou en partageant un sourire avec un inconnu, ces gestes simples peuvent transformer votre perspective. En cultivant cette joie, vous vous connectez à l'essence même du bonheur. Prenez le temps d'apprécier la beauté de l'instant présent, car chaque souffle est une opportunité de célébrer la vie. 🌈💖

À savoir pour votre prochain rendez-vous...

Vous pouvez repartir avec un reçu d'assurance. **Notez que les assurances Canada Vie et Croix Bleue ne remboursent pas (pour l'instant).**

À bientôt !

Ge

Restez connectés
visitez mon [site web](#)
[Facebook](#)
[Instagram](#)

