



Communiqué de Presse

À Villemoisan, un sophrologue engagé pour le bien-être des particuliers et des entreprises

À l'écolieu La Chancelière de Villemoisan, Noël Chrétien propose un accompagnement humain et accessible à toutes celles et ceux qui ressentent le besoin de souffler, de retrouver du sens ou simplement d'aller mieux.

Une approche sur mesure, tournée vers l'humain

Sophrologue formé à la méthode Caycédiennne, Noël accompagne aussi bien les particuliers (jeunes parents, actifs en surcharge, sportifs démotivés...) que les professionnels ou entreprises soucieuses du bien-être de leurs équipes.

Sa méthode est simple : aider chacun à retrouver de l'énergie, à mieux gérer les pressions du quotidien et à avancer avec plus de clarté, sans bouleverser toute sa vie.

Dans un monde qui va souvent trop vite, il propose une pause, un recentrage, une nouvelle façon de se relier à soi.



Des bénéfices concrets pour tous

- **Pour les particuliers :**

Mieux gérer son stress, retrouver un sommeil réparateur, se sentir plus aligné dans ses choix de vie, renforcer ses ressources internes en période de transition (naissance, changement de travail, épreuves personnelles...).

- **Pour les sportifs :**

Reconnecter à la motivation profonde, retrouver le plaisir de l'effort, gérer la pression des résultats, apprendre à se dépasser sans s'épuiser.

- **Pour les entreprises :**

Prévention du burn-out, amélioration de la qualité de vie au travail, renforcement de la cohésion d'équipe, meilleure adaptation au changement. Le tout dans une démarche QVCT souple, adaptable, et facilement intégrable au rythme de l'organisation.

Un professionnel local à votre écoute

Installé à Val d'Erdre-Auxence (49370), Noël Chrétien reçoit sur rendez-vous dans un cadre propice au calme et à la reconnexion à soi.

Il intervient également directement en entreprise ou lors d'événements autour de la performance humaine, du mieux-être et de la prévention des risques psycho-sociaux.

« Je soutiens celles et ceux qui se sentent bloqués, démotivés ou à bout de souffle – que ce soit dans leur travail, leur rôle de parent ou leur pratique sportive – à se reconnecter à leur énergie intérieure et à retrouver un cap clair. »

— Noël Chrétien, Sophrologue



Contact presse et informations :

Noël Chrétien – E.I.

Écolieu La Chancelière – 12 Rue du Prieuré, 49370 Val d'Erdre-Auxence

 06 80 81 30 10

 www.noelsophro.com

 contact@noelsophro.com

Fin du Communiqué