



Evelyne YOMANDIA

Massage Bien être, ayurvedique

Adhura est un prénom indien qui signifie sans souci et sans fardeau.

Cette appellation fait allusion à la sensation de plaisir, de légèreté, de relaxation et de détente que procurent mes séances de massage

Dès mon plus jeune âge, les massages prodigués par les mains expertes de ma grand-mère, masseuse traditionnelle, aux Antilles ont éveillé mon intérêt.

C'est de cette période que date ma première formation.

Je me suis plus tard formée à d'autres méthodes de relaxation et de massage, en parallèle avec l'exercice de ma profession de cadre infirmier à Paris et en Bretagne.

Les techniques que je pratique sont inspirées de massages traditionnels afro-antillais et de l'Asie, adaptés au mode de vie européen. Chaque séance est personnalisée et essentiellement guidée par la nature unique et les besoins profonds de chacun.

Ce qui porte mon travail, est le souhait que séance après séance, vous atteigniez un état de profonde détente du corps et apaisement de l'esprit, que vous retrouviez un sentiment de calme, de tranquillité, et repartiez régénéré et confiant dans l'avenir.

J'ai appris que les gens oublieront ce que vous avez dit et ce que vous avez fait, mais ils n'oublieront jamais ce que vous leur avez fait ressentir (Maya Angelou)

Article :

Éprouvez une sensation de plaisir et de relaxation repartez régénéré et confiant dans vos capacités à optimiser votre potentiel et dépasser vos difficultés c'est ce que procure les massages bien-être chez Adhura . Adhura c'est une gamme de massages à tous les âges de la vie adulte et pour tous les états

de santé.

Jeune pour rester serein avant un examen ou un entretien d'embauche

En duo pour célébrer vos sentiments

A un âge avancé pour retrouver les émotions que donne un toucher bienveillant à un moment de la vie où l'on souffre bien souvent de privation sensorielle

Pour exprimer vos sentiments d'amour ou de gratitude par un cadeau qui ne finira pas sur leboncoin ou sur eBay

Pour vous: offrir un moment de détente aux effets immédiats sans maman. maman j'ai faim ou le son du dernier gadget bricolage de votre voisin !

Adhura ce sont des horaires adaptés à vos contraintes le dimanche inclu, ce sont des formules innovantes, c'est en pensant aux aidants qu'

Adhura propose dans certains magasins un massage de courte durée mais ressourçant afin que les aidants reçoivent le soutien qu'ils méritent . Souvent les aidants se négligent et ne prennent pas le temps de s'occuper d'eux

Je parle d'expérience ancienne professionnelle de santé j'ai pris ma retraite en 2008 en tant que cadre infirmier au centre hospitalier lannion Trestel j'ai été par la suite aidante auprès de ma mère jusqu'en 2019.

Convaincue depuis l'adolescence

des bienfaits des massages bien avant que la science ne l'admette sur la qualité du sommeil, la diminution du stress l'amélioration des rapports aux autres certaines douleurs j'ai créé Adhura.

Ma première formatrice fut ma grand-mère masseuse traditionnelle ou frotteuse ainsi nommée aux Antilles françaises. Les formations en France et en Inde m'ont autorisées l'adhésion à la Fédération française de massage bien-être gage de sérieux et de professionnalisme

Vous pouvez bénéficier des massages d'Adhura en cabinet à Coatreven, à l'association terre vive à Lantic ou à votre domicile

Participer également à des ateliers d'initiation aux massages bien-être

Je remercie Claudine Gatti de m'avoir accueillie dans son association terre vive à Lantic, où je retrouve d'autres thérapeutes apportant des solutions pour le bien-être bien-être de chacun

Contact Evelyne Yomandia

Tel 063190 79 32

Site Web www.adhura-massagebien-etre

Facebook [adhura massage bien](#)

Éprouvez une sensation de plaisir et de relaxation repartez régénéré et confiant dans vos capacités à optimiser votre potentiel et dépasser vos difficultés c'est ce que procure les massages bien-être chez Adhura . Adhura c'est une gamme de massages à tous les âges de la vie adulte et pour tous les états de santé.

Jeune pour rester serein avant un examen ou un entretien d'embauche

En duo pour célébrer vos sentiments

A un âge avancé pour retrouver les émotions que donne un toucher bienveillant à un moment de la vie où l'on souffre bien souvent de privation sensorielle

Pour exprimer vos sentiments d'amour ou de gratitude par un cadeau qui ne finira pas sur leboncoin ou sur eBay

Pour vous: offrir un moment de détente aux effets immédiats sans maman. maman j'ai faim ou le son du dernier gadget bricolage de votre voisin !

Adhura ce sont des horaires adaptés à vos contraintes le dimanche inclu, ce sont des formules innovantes, c'est en pensant aux aidants qu'

Adhura propose dans certains magasins un massage de courte durée mais ressourçant afin que les aidants reçoivent le soutien qu'ils méritent . Souvent les aidants se négligent et ne prennent pas le temps de s'occuper d'eux

Je parle d'expérience ancienne professionnelle de santé j'ai pris ma retraite en 2008 en tant que cadre infirmier au centre hospitalier lannion Trestel j'ai été par la suite aidante auprès de ma mère jusqu'en 2019.

Convaincue depuis l'adolescence

des bienfaits des massages bien avant que la science ne l'admette sur la qualité du sommeil, la diminution du stress l'amélioration des rapports aux autres certaines douleurs j'ai créé Adhura.

Ma première formatrice fut ma grand-mère masseuse traditionnelle ou frotteuse ainsi nommée aux Antilles françaises. Les formations en France et en Inde m'ont autorisées l'adhésion à la Fédération française de massage bien-être gage de sérieux et de professionnalisme

Vous pouvez bénéficier des massages d'Adhura en cabinet à Coatreven, à l'association terre vive à Lantic ou à votre domicile

Participer également à des ateliers d'initiation aux massages bien-être

Je remercie Claudine Gatti de m'avoir accueillie dans son association terre vive à Lantic, où je retrouve d'autres thérapeutes apportant des solutions pour le bien-être bien-être de chacun

Contact Evelyne Yomandia

Tel 063190 79 32

Site Web www.adhura-massagebien-etre

Facebook adhura massage bien