



Communiqué de presse

Pour diffusion immédiate

Fabienne Faure de Faure Equi-libre invite les particuliers, entreprises, collectivités, institutions et associations à découvrir les bienfaits de la relaxation par le mouvement en conscience (relaxation coréenne, LaHoChi) et par la sophrologie (école Caycédienne).

Douai, 11/01/2026 – Très à l'écoute, Fabienne Faure offre des séances de relaxation individuelles ou en groupe, ainsi que des prestations en entreprise, destinés à améliorer la qualité de vie, tant sur le plan personnel que professionnel.

Des pauses lâcher-prise, pour tous

Fabienne propose des séances de relaxation par le mouvement, appelées pause lâcher-prise, qui sont ouvertes à tous. Ces sessions sont spécialement conçues pour aider les participants à se libérer du stress, des raideurs, de la fatigue et à retrouver de la paix intérieure et de la plénitude.

En entreprise, ces séances contribuent à diminuer les tensions physiques et mentales, améliorant ainsi la productivité et l'ambiance générale.

Elles peuvent être pratiquées dans son salon bien-être, dans les locaux des entreprises ou en visio-conférence.

Des séances profondes de relaxation personnalisées, pour femmes dans son salon bien-être

Après une pause lâcher-prise, Fabienne propose des séances profondes de massage, sur table ou chaise (avec des vêtements confortables), grâce à des mouvements doux et rythmés, pour relâcher les tensions corporelles (musculaires et articulaires) et mentales ainsi que pour sentir plus de légèreté et plus de liberté.

Faure Equi-libre

Rue Descatoire, 59500 Douai

Téléphone : 06 47 35 17 37

Email : fabienne@faure-equi-libre.fr

Site Web : <https://www.faure-equi-libre.fr/>



Faure Equi-libre

En parallèle, par le LaHoChi (énergie de la lumière en mouvement), la relaxation peut se faire au niveau énergétique.

Des séances de sophrologie pour tous

Ces séances aident les participants à gérer efficacement le stress, à améliorer ses capacités et à retrouver un équilibre dans des situations difficiles.

Elles peuvent être pratiquées dans son salon bien-être, dans les locaux des entreprises ou en visio-conférence.

Pourquoi choisir les services de Faure Equi-libre ?

Avec une approche douce et personnalisée, Fabienne s'assure que chaque séance soit adaptée aux besoins spécifiques de ses clients. Que ce soit à travers les pauses lâcher-prise, les séances profondes de relaxation ou les séances de sophrologie, elle s'engage à fournir un service pointu qui reflète son expertise et son engagement pour améliorer la qualité de vie de ses clients.

Les personnes intéressées par les services de Fabienne, que ce soit pour améliorer le bien-être personnel ou pour optimiser le bien-être au sein des entreprises, sont invitées à la contacter pour découvrir comment elle peut les aider à atteindre leurs objectifs de mieux-être.

Contact

Faure Equi-libre (E.I.) de Fabienne Faure

Téléphone : 06 47 35 17 37

Email : fabienne@faure-equi-libre.fr

Site Web : <https://www.faure-equi-libre.fr/>

Fabienne est disponible pour des entrevues et des discussions approfondies sur les bénéfices de la relaxation par le mouvement et la conscience des sensations ainsi que de la sophrologie.

Faure Equi-libre

Rue Descatoire, 59500 Douai

Téléphone : 06 47 35 17 37

Email : fabienne@faure-equi-libre.fr

Site Web : <https://www.faure-equi-libre.fr/>