

## Les Centres de Gestion du Stress viennent vous soutenir, vous les acteurs de terrain

*Vous êtes une personne active sur le terrain dans le service aux autres,*

*Vous avez besoin de poser, de déposer « ce trop plein », le non-entendable, vos angoisses...*

Régulation du Stress  
&  
Prévention Santé

**Nous sommes là aujourd'hui, pour vous accompagner à titre gracieux durant le confinement, et nous continuerons d'être là dans l'après, dans les mois qui viennent, pour vous ...**

Au sein des **Centres de Gestion du Stress** vous trouverez des professionnels aux compétences diversifiées et complémentaires, tous experts de la régulation du stress. Nous sommes sophrologues, coachs, psychothérapeutes, hypnothérapeutes, nutritionnistes, réflexologues, praticiens en méditation, praticiens en cohérence cardiaque, médecins.

Nous nous mettons à votre écoute afin de pouvoir vous accompagner dans vos besoins de la manière qui vous convient le mieux :

- par téléphone, visioconférence et dans nos centres (après confinement)
- **avec un accompagnement propre à chacun(e)** dans les limites de nos capacités d'accueil
- **un « kit de soutien » sera mis à votre disposition**, qui vous permettra par la suite de pratiquer en autonomie tout en gardant le lien avec nous si c'est votre besoin

N'hésitez pas à nous contacter





## Notre équipe de professionnels que vous pouvez contacter



Laurence Mialaret  
**06 38 78 82 03**  
[l.mialaret@centres-gestion-stress.com](mailto:l.mialaret@centres-gestion-stress.com)



Stéphane Lapègue  
**07 71 75 57 03**  
[s.lapegue@centres-gestion-stress.com](mailto:s.lapegue@centres-gestion-stress.com)



Catherine Arcil  
**06 49 93 26 96**  
[loire@centres-gestion-stress.com](mailto:loire@centres-gestion-stress.com)



Sandra Rimbaud  
**06 69 09 37 87**  
[centredegestiondustress85@gmail.com](mailto:centredegestiondustress85@gmail.com)



France Roussel  
**06 51 53 02 01**  
[f.roussel@centres-gestion-stress.com](mailto:f.roussel@centres-gestion-stress.com)



Patricia Guitton  
**06 30 36 72 11**  
[p.guitton@centres-gestion-stress.com](mailto:p.guitton@centres-gestion-stress.com)



Thierry David  
**06 81 67 22 15**  
[thierrydavid.sophrologie@orange.fr](mailto:thierrydavid.sophrologie@orange.fr)



Anita Boudant  
**06 75 20 89 84**  
[a.boudant@centres-gestion-stress.com](mailto:a.boudant@centres-gestion-stress.com)



Karine Palley  
**06 70 37 34 57**  
[kapalley@gmail.com](mailto:kapalley@gmail.com)



Muriel Carles  
**06 71 86 55 91**  
[m.carles@centres-gestion-stress.com](mailto:m.carles@centres-gestion-stress.com)



Gabrielle Perrouin  
**06 41 34 23 69**  
[g.perrouin@centres-gestion-stress.com](mailto:g.perrouin@centres-gestion-stress.com)



Florence Bonte  
**06 47 64 74 56**  
[f.bonte@centres-gestion-stress.com](mailto:f.bonte@centres-gestion-stress.com)



Carine Regazzacci  
**06 40 33 34 96**  
[carine.regazzacci@gmail.com](mailto:carine.regazzacci@gmail.com)



Roberto Van Nijnatten  
**07 86 77 90 87**  
[r.vannijnatten@centres-gestion-stress.com](mailto:r.vannijnatten@centres-gestion-stress.com)



Laurence Levert  
**07 62 23 39 14**  
[l.levert@centres-gestion-stress.com](mailto:l.levert@centres-gestion-stress.com)



Sabrina Braem  
**06 88 04 52 24**  
[s.braem@centres-gestion-stress.com](mailto:s.braem@centres-gestion-stress.com)



Bénédicte Gentil  
**06 73 43 39 52**  
[jura@centres-gestion-stress.com](mailto:jura@centres-gestion-stress.com)