



# Mahika

## FORMATION et ACCOMPAGNEMENT

06 63 80 68 81

[www.lasantevousvasibien.fr](http://www.lasantevousvasibien.fr)

### Mes atouts

- ❖ 10 ans d'expérience professionnelle dans la formation et l'accompagnement
- ❖ Étudiante moi-même
- ❖ Formée en :



### ● Née en Nouvelle Aquitaine

J'ai toujours vécu proche de l'océan de La Rochelle à Saint-Jean de Luz. Sensible à l'environnement, je me suis dirigée sur la recherche de la beauté et de la bonté humaine qui me semblaient avoir disparu de l'éducation de certains adultes civilisés et naturellement mon évolution s'est portée sur le fonctionnement du cerveau depuis 2011.

En union libre avec deux filles, j'apprécie me poser en Paix dans cet agréable village de Léon, de m'y développer et transmettre mes connaissances dans les Landes et le Pays Basque.

### ● Apprendre à piloter son cerveau

Dans l'accompagnement individuel depuis 2011, j'ai eu l'honneur, en outre, de voir évoluer la qualité des relations humaines sur le village de Labastide Clairence où s'est constitué un groupe de 21 personnes de 13 à 70 ans, désirant transmettre la connaissance de nos fonctions cérébrales à leurs enfants, amis, familles, voisins et commerçants pour un mieux vivre ensemble. Enrichie par le résultat de cette expérience humaine, j'ai créé avec eux les ateliers Neuro sagesse en 2019.

« Qu'il s'agisse de la pensée, de la parole et a fortiori de l'action, c'est toujours l'intention qui prévaut et doit être avant tout en harmonie avec soi, l'autre et l'environnement. »

Ces 15 ateliers de 1h30 sont animés pour partager en créant du lien citoyen autour d'information sur le fonctionnement de notre cerveau et la plus sage façon de l'utiliser.

### ● Lancement des ateliers Neuro Sagesse dans le Pays Basque et les Landes en 2019.

L'accueil se fait autour d'un thé/café, suivi d'un temps d'information et d'exercices, des fiches permettrons vos révisions à la maison et nous finirons par des questions-réponses. Alors, à nous d'organiser et de constituer un groupe de 6 à 12 personnes curieuses d'apprendre à piloter son cerveau !