



Communiqué de Presse

Pour Diffusion Immédiate

Caroline Montauzé ouvre un espace de mieux-être à Muret : entre sophrologie, massages et accompagnement parental

À l'heure où les familles jonglent entre surcharge mentale, transitions de vie, fatigue parentale et besoins émotionnels non exprimés, une professionnelle du mieux-être propose une réponse simple, douce et profondément humaine.

Installée à Muret, **Caroline Montauzé**, sophrologue spécialisée et praticienne en massage bien-être, ouvre les portes d'un **accompagnement global dédié aux femmes, aux enfants, aux adolescents et aux familles.**

Un lieu pour respirer, se retrouver, se reconnecter

Caroline accompagne celles et ceux qui traversent des périodes sensibles : grossesse, post-partum, parentalité complexe, émotions débordantes des enfants ou des adolescents, fatigue chronique, charge

Caroline Montauzé E.I.

122 avenue des Pyrénées - 31600 MURET Téléphone : 06.61.36.42.47

www.sophrologuemuret.fr - contact@sophrologuemuret.fr



mentale ou difficultés relationnelles.

Son approche mêle **sophrologie, massages et médiation artistique** pour permettre à chacun de **reprendre contact avec son corps, ses ressentis et ses ressources**, dans un cadre bienveillant.

« J'ai à cœur d'accueillir les femmes et les familles dans toute leur réalité, avec douceur et sans pression. Ce que je propose, ce sont des espaces pour souffler, se recentrer, et retisser du lien – avec soi, et avec ceux qu'on aime », explique Caroline.

Des prestations pour tous les âges, à tous les moments de vie

Caroline propose des **séances individuelles de sophrologie** pour :

- les enfants (2 à 12 ans), notamment hypersensibles, anxieux ou en difficulté scolaire ou émotionnelle
- les adolescents, souvent en quête de confiance, de repères ou de calme intérieur
- les adultes, parents ou non, désireux de se recentrer, d'alléger leur charge mentale ou de retrouver un équilibre

Elle propose également des **massages bien-être** (californien, hawaïen, pierres chaudes...) et un **accompagnement spécifique autour de la maternité** (préparation émotionnelle à l'accouchement, mieux-vivre le post-partum, créer un lien de qualité avec son bébé).

Caroline Montauzé E.I.

122 avenue des Pyrénées - 31600 MURET Téléphone : 06.61.36.42.47

www.sophrologuemuret.fr - contact@sophrologuemuret.fr



Pour les entreprises, institutions, crèches ou collectivités

Caroline intervient aussi **en structure ou en entreprise** pour proposer des séances de relaxation, des ateliers d'expression émotionnelle ou des interventions bien-être sur mesure.

Un vrai atout pour améliorer la qualité de vie au travail, prévenir l'épuisement ou renforcer la cohésion d'équipe.

Ce que vous y gagnez

Les personnes qui font appel à ses services parlent d'un **retour à soi**, d'un apaisement profond, d'une **reconnexion au corps et à l'essentiel**, mais aussi de **changements concrets dans leur quotidien** : enfants plus calmes, parents plus sereins, familles plus soudées.

Infos pratiques

Caroline Montauzé E.I.

122 avenue des Pyrénées, 31600 MURET

06.61.36.42.47

www.sophrologuemuret.fr

contact@sophrologuemuret.fr

Caroline Montauzé E.I.

122 avenue des Pyrénées - 31600 MURET Téléphone : 06.61.36.42.47

www.sophrologuemuret.fr - contact@sophrologuemuret.fr



Pour toute demande de rendez-vous, de partenariat ou d'intervention en structure, Caroline reste à votre écoute.

Un premier échange sans engagement est toujours possible.

Fin du Communiqué

Caroline Montauzé E.I.

122 avenue des Pyrénées - 31600 MURET Téléphone : 06.61.36.42.47

www.sophrologuemuret.fr - contact@sophrologuemuret.fr