



Communiqué de Presse

À Charnay-lès-Mâcon, une approche sensible et concrète pour apprivoiser les émotions

À Charnay-lès-Mâcon, **Audrey Kireeff** propose un accompagnement singulier pour les personnes qui se sentent submergées par leurs émotions, épuisées par la surcharge du quotidien ou en décalage avec leur environnement.

Hypersensibilité, fatigue émotionnelle, stress chronique, débordements émotionnels chez l'adulte comme chez l'enfant...

Ces réalités, souvent invisibles, touchent aujourd'hui de nombreuses familles, professionnels de l'accompagnement et personnes engagées dans leur vie personnelle ou professionnelle.

Ancienne enseignante reconvertie en naturopathie et spécialisée dans la régulation émotionnelle, Audrey Kireeff accompagne petits et grands vers un **calme intérieur plus stable** et une **énergie plus régulière**, sans chercher à tout changer ni à forcer l'adaptation.

Son approche repose sur une meilleure compréhension du fonctionnement émotionnel et du système nerveux, afin de permettre des réactions plus apaisées et des journées plus respirables.

Audrey Kireeff E.I.

9 rue du vallon 71850 Charnay-lès-Mâcon

Téléphone : 07 81 75 06 95

Site web : www.audreykireeff.fr - email : contact@audreykireeff.fr



Un accompagnement humain, respectueux du rythme de chacun

Les accompagnements proposés s'adressent :

- aux adultes hypersensibles en situation d'épuisement ou en prévention du burn-out,
- aux parents démunis face aux émotions intenses de leurs enfants,
- aux professionnels de l'accompagnement, de l'éducation ou du soin, en quête d'outils concrets et accessibles,
- aux personnes qui souhaitent mieux comprendre leurs réactions émotionnelles et retrouver un équilibre durable.

Les bénéfices évoqués par les personnes accompagnées sont souvent très concrets : un apaisement progressif, une meilleure stabilité émotionnelle, des relations plus sereines, une fatigue moins envahissante et une sensation de reprendre pied dans le quotidien.

Le lancement du jeu “Les Émotions en Or”

Dans cette continuité, Audrey Kireeff vient de lancer “**Les Émotions en Or**”, un jeu conçu comme un support ludique et profondément humain pour aborder les émotions autrement.

Pensé pour un usage individuel, familial ou professionnel, ce jeu permet de :

- mettre des mots sur ce qui se passe à l'intérieur,
- faciliter l'expression émotionnelle sans pression ni jugement,
- créer un espace sécurisant de dialogue,
- soutenir l'apaisement émotionnel chez les enfants comme chez les adultes.

Le jeu s'adresse aussi bien aux particuliers qu'aux professionnels souhaitant enrichir leur pratique avec un outil simple, pédagogique et



adaptable à différents contextes : séances individuelles, ateliers, cadre éducatif ou familial.

Une démarche locale, engagée et préventive

Installée à Charnay-lès-Mâcon, Audrey Kireeff inscrit son activité dans une démarche de **prévention de l'épuisement émotionnel**, dès le plus jeune âge.

Son travail vise à transmettre des repères durables pour mieux vivre avec ses émotions, dans un monde souvent peu adapté aux personnes sensibles.

Informations pratiques

Audrey Kireeff E.I.

9 rue du Vallon

71850 Charnay-lès-Mâcon

Téléphone : 07 81 75 06 95

Email : contact@audreykireeff.fr

Site web : www.audreykireeff.fr

Fin du Communiqué

Audrey Kireeff E.I.

9 rue du vallon 71850 Charnay-lès-Mâcon

Téléphone : 07 81 75 06 95

Site web : www.audreykireeff.fr - email : contact@audreykireeff.fr