

SOLANGE

Condral

SOPHROLOGUE

INFIRMIÈRE ET PUÉRICULTRICE

«À force de sacrifier l'essentiel pour l'urgence, on finit par oublier l'urgence de l'essentiel.» Edgar Morin

Pour vous occuper enfin de votre essentiel
Pour vous aider à renforcer vos capacités personnelles
Pour accompagner votre enfant dans ses difficultés

Pour une vie positive et tournée vers votre essentiel

pourquoi
pas la
sophrologie ?

LA SOPHROLOGIE PEUT

- Vous aider à améliorer gestion du stress et des émotions
- Vous aider à augmenter sa confiance en soi
- Vous aider à mieux contrôler et dépasser : état anxieux, hyperémotivité, trouble du sommeil, fatigue...
- Vous accompagner dans vos changements de vie ou vos projets de vie
- Vous apprendre à vous relaxer et à développer vos capacités personnelles
- Soulager la douleur physique et morale
- Vous aider à vous préparer aux examens, compétitions, épreuves ou entretiens oraux
- Aider vos enfants à dépasser positivement leurs difficultés

TARIF DES
Séances
DE SOPHROLOGIE

Première séance avec entretien

Durée 1h30

Tarif : 45€

Séance Adulte ou Adolescents (12ans et plus)

Durée d'environ 55mn

Tarif : 40€

Séance Enfants moins de 12ans

Durée d'environ 45mn

Tarif : 35€

Je vous propose un accompagnement en sophrologie, personnalisé et adapté à votre demande et vos besoins.

sur rendez-vous

0661173425

19 rue des Aigrettes

34130 Candillargues (5min de Mauguio)