

ATELIERS GROUPE DE SOPHROLOGIE

SEPTEMBRE 23

THÈME

**GESTION
DU STRESS**

DATE

**LE VEN 22 ET
SAM 30 SEPT**

OCTOBRE 23

THÈME

**ECOUTE
DU CORPS**

LE SAM 14 OCT

**OBJECTIF/ACTIONS
LE JEU 26 OCT**

NOVEMBRE 23

THÈME

**SE LIBÉRER
DU PASSÉ**

LE SAM 11 NOV

**LÂCHER-PRISE
LE VEN 24 NOV**

DÉCEMBRE 23

THÈME

LES EMOTIONS

DATE

LE VEN 08 DÉC

JANVIER 24

THÈME

**CONFIANCE
EN SOI**

DATE

LE VEN 26 JAN

FEVRIER 24

THÈME

**L'ESTIME
DE SOI**

DATE

LE VEN 16 FÉV

MARS 24

THÈME

L'OPTIMISME

DATE

LE VEN 15 MARS

AVRIL 24

THÈME

**LES VALEURS
DE VIE**

DATE

LE VEN 26 AVR

MAI 24

THÈME

**VIVRE L'INSTANT
PRÉSENT**

DATE

LE VEN 24 MAI

JUIN 24

THÈME

LA CRÉATIVITÉ

DATE

LE VEN 07 JUIN

JUILLET 24

THÈME

**L'EVEIL
DES SENS**

DATE

LE VEN 5 JUI

AOÛT 24

THÈME

**LA GESTION
DU TEMPS**

DATE

LE JEU 29 AOÛT

Réservation : 06 61 44 40 77

kahinavilet@happychild.fr

Kahina VILET Sophrologue EI

A Epinay-Sur-Orge

@happychild_sophro