

# Atelier

## Chez Arca Bien Être

# Sophrologie

Atelier de Sophrologie

*Formidable outil pour découvrir vos propres ressources,  
vous épanouir et améliorer votre bien-être au quotidien*



*La Sophrologie peut vous permettre de porter un nouveau regard sur vous-même et sur votre environnement.*

*Je vous invite à en découvrir les nombreux bienfaits, le temps d'une pause...*

Pour pouvoir participer à ces ateliers, s'inscrire auprès de **SANDRINE tél: 06 24 16 24 25**, qui vous indiquera les conditions de participation, jours et heures.

Sandrine Bureau, Sophrologue & Praticienne en Hypnose