

Parsemée d'épreuves, la vie peut parfois vous paraître éprouvante ...

**OFFREZ-VOUS UNE PARENTHÈSE
DANS VOTRE QUOTIDIEN DIFFICILE**



SOPHROLOGIE

animé par *Cathy PELTIER*

**le jeudi 3 avril 2025
14h00 à 15h30
à Cossé-le-Vivien**

*Vivre la sophrologie, c'est décider de
s'accorder du temps, de faire une pause dans
le rythme effréné de nos vies, pour se mettre
à l'écoute de soi : de son corps, de ses
émotions, de tout ce qui se passe en nous...*

Atelier collectif

Pensez à réserver au
06 49 75 15 04