

# Sophrologie



## Qu'est-ce que la sophrologie ?

La pratique de la sophrologie repose sur une combinaison de techniques de relaxation, de respirations et de visualisation positive visant à favoriser le bien-être.

## Quand ?

Les mercredis, jeudis et samedis,  
sur rendez-vous par téléphone

## Où ?

Au cabinet médical de Chaumuzy,  
à l'adresse suivante : 1 Bis rue  
Maurice Faroux 51170 Chaumuzy

Avec Marie-Pierre RODRIGUES,  
sophrologue certifiée

## Objectif ?

Accompagner vers  
le mieux être



Contact au 06.65.58.42.87