

ATELIERS DE *Sophrologie*



Apprenez à réduire le
stress, à accéder à la
détente et un meilleur
sommeil.



Venez prendre soin de vous

Envie d'essayer ?



165 rue de Paris 95680 Montlignon



01 34 16 70 79



val-doise@unafam.org

Chaque 1er lundi
du mois de 18h30 à
19h30

Soit le 7 septembre,
5 octobre,
2 novembre et
7 décembre