

La sophrologie avec Meriam

L'association Détente Pusey propose des séances de sophrologie. Elles ont lieu à la maison municipale des associations rue du Breuil : tous les lundis de 18 h 15 à 19 h 15 avec Meriam, sophrologue diplômée. Elle aide chaque participant (e) à se mettre à l'écoute de son corps afin d'identifier son stress, ses angoisses, sa fatigue : puis y répondre par des réflexes de détente. Il est possible de participer à une séance de découverte dans le respect des consignes sanitaires : pass et masque obligatoires.

Contact : Virginie
06 33 48 60 29



**Les premières participantes
enchantées par la séance.**

Photo ER