

SOPHROLOGIE ENFANTS



NOUVEAU - DES SEPTEMBRE 2025

COURS COLLECTIFS
ENFANTS

Explore TON monde

pour les aventuriers.ières de 6 à 10 ans



EXPLORE LE MONDE DU CORPS ET DES SENS



EXPLORE LE MONDE DES PENSEES

EXPLORE LE MONDE DES EMOTIONS



Une exploration pleine de bienfaits :

- 🌿 Découvrir ses trésors
- 🌿 S'ouvrir à ce qui nous entoure, aux autres
- 🌿 Ressentir et exprimer
- 🌿 Habiter son corps et développer la proprioception (conscience corporelle)
- 🌿 Apprivoiser ses émotions
- 🌿 Savoir s'apporter du calme, de la détente et du bien-être
- 🌿 Ralentir
- 🌿 Gagner en sérénité et en confiance en soi

Prêts.es à partir à l'aventure ?



C'est 1 samedi sur 2
de 10h45 à 11h45
de Septembre 2025 à Juin 2026
à la salle XXX



Je suis Elodie Mabilie
Sophrologue certifiée, spécialisée dans l'enfance.
J'accompagne les enfants et adolescents à mieux
appréhender leurs émotions et mieux vivre les
défis quotidiens pour devenir des adultes épanouis

7b rue nationale 43200 St Maurice de Lignon
06 71 07 16 46
www.babettsophrologie.com

Informations et inscriptions :

GACS

Jeanine.zmyslony@orange.fr

04 71 65 37 23

