

## Article "Bulle d'oxygène : reprise des séances de sophrologie – Saison d'automne "

### Tags de l'article:

- Activités physiques adaptées
- Accompagnement au deuil
- Adulte

### Description :

Après ces vacances estivales, je vous propose de retrouver nos **rencontres de sophrologie en visio**, gratuites et ouvertes à **toutes celles et ceux qui souhaitent pratiquer**, que vous soyez **habitués** ou simplement **curieux de découvrir**.

□

Un espace accueillant, où chacun avance à son rythme, dans une atmosphère bienveillante.

**Séances en visio – 2 vendredis par mois à 19h.**

**Première séance : vendredi 18 septembre 2026**

Un temps pour respirer, se recentrer, se déposer... et accueillir cette nouvelle saison avec sérénité.

**Contact :** 06 29 76 17 88 ou [sophro.wronski@gmail.com](mailto:sophro.wronski@gmail.com)

**Agata**

Sophrologue Caycédiennne