

En collaboration avec

L'atelier  *Sophro*

*Ateliers
Sophro-créatifs
18h30 - 20h*

*Séances de
Méditation
20h - 21h*

*Chaque **Jeudi** - hors vacances scolaires
Dès le 27 septembre 2018*



*Prendre soin de soi
Pour mieux
prendre soin
de son environnement*

Ouvert et accessible
à tous (ados – adultes)
**Salle des associations
Arzacq-Arraziguet**

Inscriptions : Valérie Garcia - 06 30 22 52 91

www.latelier-sophro.fr