

# REPRISE

## ATELIER COLLECTIF

# SOPHROLOGIE

IPNS : Ne pas jeter sur la voie publique

### LA SOPHROLOGIE, À QUOI ÇA SERT ?

- Évacuer le stress et les tensions
- Se recentrer sur le positif
- Prendre soin de soi chaque jour
- Développer sa confiance en soi

**INSCRIPTION AU GARAGE**  
21 RUE DE CAMBRAI À WALINCOURT-SELVIGNY

13 & 27 SEPTEMBRE | 11 OCTOBRE | 8 & 22 NOVEMBRE | 6 DÉCEMBRE  
3, 17 ET 31 JANVIER | 28 FÉVRIER | 14 & 28 MARS | 11 AVRIL | 9 & 23 MAI | 6 & 20 JUIN

**DE 18H30 À 19H30**

**TARIFS :**  
ADHÉSION ASSOCIATION APSB 35€  
+ 55€ POUR L'ANNÉE OU 5€ LA SÉANCE

**PLUS DE RENSEIGNEMENTS :**  
ASSOCIATION PRÉVENTION SANTÉ  
& BIEN ÊTRE



06.60.98.41.90



asso.apsb@gmail.com

Ateliers proposés en partenariat par :



**TÉLÉCHARGER NOTRE APPLI !**

**FAMILLES RURALES**  
MON CENTRE SOCIAL DANS MA POCHE



Au garage - 21 rue de cambrai - 59127 Walincourt-Selvigny  
TEL: 03 27 78 80 41- [www.cs-famillesrurales.fr](http://www.cs-famillesrurales.fr)



@famillesruraleswalincourt