

# SÉANCES COLLECTIVES DE SOPHROLOGIE

Et si vous vous offriez du temps pour prendre soin de vous ?  
Venez pratiquer la sophrologie !

Je vous invite à nous rejoindre aux lieux et dates suivants :

**Dans la salle communale de Béon,  
le mardi,  
de 18h à 19h**

En octobre Le 12 et le 19

En novembre Le 9, le 16, le 23 et le 30

En décembre Le 7 et le 14

**Dans la maison de Prunelle,  
Rue Neuve à Joigny  
le samedi de 9h15 à 10h15**

En novembre Le 6, le 20, le 27

En décembre Le 11, le 18

