

CABINET DE SOPHROLOGIE



Gardez la tête sur les épaules
et reprenez votre souffle !

*La sophrologie vous aide à vivre
plus sereinement avec vos émotions
et votre corps.*

VALÉRIE RICHARD
SOPHROLOGUE PRATICIENNE
Formée à L'IFS Paris XI

Tél : 06 95 02 47 91
v.richard.sophrologue@gmail.com

N° SIRET 522 865 716 00016

CONSULTATIONS ET SÉANCES

Consultations individuelles

Vous avez une problématique personnelle, je vous reçois en consultation à mon cabinet.

Notre premier entretien (1h30 environ) permet de faire le point sur vos besoins et sur vos projets. Nous convenons ensemble de l'objectif à atteindre, vérifions que votre demande relève effectivement de la sophrologie et dans ce cas nous passons à la pratique dès cette première séance.

Le nombre de séances varie en fonction de l'objectif à atteindre et de votre propre entraînement. En général, très rapidement, vous ressentez les effets positifs dans votre quotidien.

Tarifs et durées des séances

- **Adulte (1 heure) : 40 €**
- **Enfant, Ado - moins de 16 ans - (45 min) : 28 €**

Ateliers collectifs

Vous souhaitez organiser ou participer à un atelier collectif, je me déplace dans votre structure (école, collèges, lycées, maisons de retraite).

Tarifs en fonction du nombre de personnes et de séances (1h15) - Contactez-moi

Pour des cycles plus approfondis et des programmes trimestriels voire annuels, les tarifs sont dégressifs.

Prise en charge : un nombre croissant de mutuelles prennent en charge les séances individuelles. N'hésitez pas à vous renseigner auprès de votre conseiller mutualiste.

Entreprises, associations, institutions : n'hésitez pas à me contacter pour discuter de votre projet !

Déplacements à domicile et en structure
à LIGUEIL/LOCHES et leurs environs
sur RDV uniquement.

Du lundi au vendredi de 9h00 à 19h00
Le samedi de 9h30 à 12h30



Cabinet de sophrologie :
à LIGUEIL, à 1 min du centre ville

VALÉRIE RICHARD
SOPHROLOGUE PRATICIENNE
Tel : 06 95 02 47 91
v.richard.sophrologue@gmail.com

Vous souhaitez en savoir plus sur la sophrologie ?
<http://www.chambre-syndicale-sophrologie.fr>
<http://www.sophrologie-actualite.fr>



observatoire national de la
SOPHROLOGIE

Association loi de 1901 à but non lucratif