



vous propose un atelier de **SOPHROLOGIE**

pour les mamans de nourrissons
(de la naissance à 3 ans)
animé par Élodie Rolland, Sophrologue

Par des exercices simples de **respiration**, de **détente**,
la sophrologie vous aide à entretenir une
relation sereine maman-bébé et à **être rassurée** sur le plan
physique comme sur vos apprentissages de jeune maman.

20 boulevard Louis Blanc - 85000 La Roche sur Yon

Les lundis de 10h30 à 12h00

08 janvier - 22 janvier - 12 février 2024

Inscription nécessaire - atelier gratuit

06.33.51.59.55 - ecoledesparents85@gmail.com

garderie

