



SOPHRO

&

JEUX

POUR LES ENFANTS

Valérie SAEZ

Sophrologue praticienne RNCP

09 52 30 07 82

[www.jelacheprise.fr](http://www.jelacheprise.fr)

# SOPHROLOGIE LUDIQUE

POUR LES ENFANTS

Ateliers basés sur le jeu et la spontanéité :

- *pour renforcer la perception du corps,*
- *développer la concentration et la mémoire,*
- *mieux se connaître, rencontrer les autres,*
  - *favoriser un sommeil réparateur,*
- *installer la confiance et la tranquillité,*
  - *se relaxer en s'amusant.*

## SÉANCES INDIVIDUELLES

Cabinet paramédical Saint-Louis :  
6, rue Édouard Charton, 78000 Versailles

Cabinet : chemin de la Butte aux Crèches,  
12, rue Charles De Gaulle, 78350 Jouy-en-Josas

## ANIMATIONS DE GROUPES

Établissements scolaires, Associations,  
Établissements de santé...

Valérie SAEZ  
Sophrologue praticienne RNCP  
09 52 30 07 82  
[www.jelacheprise.fr](http://www.jelacheprise.fr)

  
Syndicat des  
Sophrologues  
Professionnels  
  
membre adhérent