

Isabelle Gremillet-Poussot

Sophrologue



SOLIDARITÉ COVID-19

Les sophrologues vous viennent en aide

Quand Coronavirus devient **Coeuronavirus**



Face à la situation exceptionnelle que nous vivons, un collectif national de Sophrologues professionnels, créé par I Love Sophro, s'est organisé pour **Proposer des séances GRATUITES***

Séances à distance par Visio sur Skype, Messenger, Facetime

Pour les personnes qui ne seraient pas équipées pour les Visio, je propose un temps d'écoute par téléphone.

Je me joins à cette belle initiative pour vous aider dans :

La gestion du stress, de la fatigue, pour prendre du recul, pour évacuer les tensions, ou simplement pour un moment de détente, de relaxation.

Pour les enfants, je propose également des exercices pour les aider à exprimer et à évacuer les peurs, les tensions dues à cette période particulière

Pour convenir ensemble d'un moment, merci de m'adresser vos coordonnées

(nom, prénom, n° de téléphone, adresse mail)

Par SMS au **06 47 24 20 99**

Ou par mail lavi.toutsimplement@orange.fr

* une séance gratuite jusqu'au 1er mai 2020 à toute personne qui en aurait besoin

Le personnel soignant et toutes les personnes exposées dans leurs activités professionnelles pourront bénéficier suivant leurs besoins de plusieurs séances gratuites pendant toute la durée de la pandémie

Je vous invite également à relayer, partager, soutenir ce mouvement afin de faire connaître au plus grand nombre cette belle initiative

Pôle Bien-Être et Santé – 20, rue du Colonel Bertin – 88460 DOCELLES

P.A.R. - 2, rue Jules Ferry – 88190 GOLBEY

Tél : 06.47.24.20.99

Email : lavi.toutsimplement@orange.fr

Site internet : www.isabelle-gremillet-poussot.fr



Sophrologue Certifiée RNCP

Membre de la Chambre Syndicale de la Sophrologie

Siret : 439 254 491 00038