



Isabelle Davoine
SOPHROLOGUE

La sophrologie pour:

- Mieux vivre au quotidien (Gérer son stress, ses émotions, retrouver sa confiance, améliorer son rapport à soi et aux autres , mieux dormir, améliorer sa concentration et sa mémoire).
- Se préparer à un examen, à une opération médicale, à un entretien..
- Pour dépasser des addictions, des phobies, l'anxiété et l'angoisse.
- Pour faire face à des relations conflictuelles personnelles ou professionnelles, des douleurs chroniques, des changements.

Individuel ou groupe

RDV: 06 30 05 69 50
isabelledavoine72@gmail.com

72560 CHANGE
www.isabelledavoine-sophrologie.fr

Isabelle Davoine
SOPHROLOGUE

Formation RNCP

**Stress - Anxiété - Sommeil - Harmonie -
Confiance - Concentration - Autonomie -
Epanouissement.....**



Enfants - Adolescents - Adultes

RDV: 06 30 05 69 50
isabelledavoine72@gmail.com

72560 CHANGE
www.isabelledavoine-sophrologie.fr