

Alexandra Dobbs
Sophrologue à Vincennes
Avril 2018



Bonjour à tous,

Malgré la fraîcheur ambiante, je vous promets de la douceur avec la Sophrologie !
Découvrez le témoignage d'une institutrice.

Et pour vous, la découverte sera plutôt en solo ou en tribu ?

Nouvelles dates de Séances découverte, Adulte ou Parent/Enfant, et de Stages.



Cas d'école, une institutrice témoigne

Avec Sophie, une institutrice de CM1, nous avons organisé des séances de Sophrologie dans sa classe pour booster la concentration de ses élèves.

Elle témoigne : « Je suis enseignante et comme beaucoup de mes collègues je constate que de plus en plus d'enfants ont du mal à se concentrer. Alexandra Dobbs est intervenue auprès de mes élèves à six reprises. Les enfants ont adoré ces séances. Ils les attendaient avec impatience. Les résultats ont été significatifs dès la troisième séance: ils étaient plus calmes, ils se mettaient plus rapidement au travail, lisaient les consignes plus attentivement et se concentraient plus longtemps...»

[Lire la suite](#)

SEANCES DECOUVERTE COLLECTIVES ADULTES

- Mercredi 4 avril à 19h30
- Mercredi 11 avril à 19h30
- Mercredi 9 mai à 19h30
- Samedi 26 mai à 18h

Séance d'1h - Tarif séance : 20 euro /
personne

A la maison associative La Bro'cantine

SEANCES DECOUVERTE COLLECTIVES PARENT & ENFANT

- Samedi 5 mai à 17h30
- Samedi 12 mai à 17h30

Séance d'1h - Tarif séance : 20 euro /
personne (enfant 6 à 11 ans)

A la maison associative La Bro'cantine

S'inscrire

S'inscrire

STAGE « Dans les bras de Morphée »

Retrouvez un sommeil de qualité

- Mercredi 16 mai à 19h30
- Mercredi 23 mai à 19h30
- Mercredi 30 mai à 19h30
- Mercredi 6 juin à 19h30
- Mercredi 13 juin à 19h30

Cycle de 5 séances d'1h - Tarif : 100 € / personne (minimum 4 participants)

A la maison associative La Bro'cantine

S'inscrire

STAGE « Calme Olympien »

Etre serein au quotidien

- Vendredi 11 mai 19h30 - 20h30
- Vendredi 18 mai 19h30 - 20h30
- Vendredi 25 mai 19h30 - 20h30
- Vendredi 1er juin 19h30 - 20h30
- Vendredi 8 juin 19h30 - 20h30

Cycle de 5 séances d'1h - Tarif : 100 € / personne (minimum 4 participants)

A la maison associative La Bro'cantine

S'inscrire

SEANCES INDIVIDUELLES

Accompagnement personnalisé selon votre objectif.

Sur rendez-vous, du lundi au samedi de 8h à 20h

Séance d'1h – Tarif 65 €

Prendre rendez-vous

LA SANTE C'EST AUSSI...



Journée mondiale de la Santé

Engagez-vous pour la couverture santé universelle

À l'occasion de son 70e anniversaire, et pour la Journée mondiale de la santé célébrée le 7 avril 2018, l'Organisation Mondiale de la Santé lance un appel aux dirigeants mondiaux pour qu'ils prennent des mesures concrètes pour améliorer la santé de tous.

Plus d'info



Journée mondiale de la sécurité et de la santé au travail

Célébrée le 28 avril, la Journée mondiale de la sécurité et de la santé au travail promeut la prévention des accidents et maladies professionnels dans le monde entier. Il s'agit d'une campagne de sensibilisation visant à centrer l'attention internationale sur l'ampleur du problème et à démontrer en quoi la promotion et la création d'une culture de la sécurité et de la santé peuvent contribuer à réduire le nombre de décès et de blessures d'origine professionnelle.

Plus d'info

@ Newsletter à partager avec quelqu'un à qui vous voulez du bien ;-)

S'inscrire à la Newsletter

Alexandra Dobbs
2, rue des Laitières
94300 Vincennes
07 83 51 50 02
sophrodobbs@gmail.com
www.alexandradobbs.fr



Cet email a été envoyé à {EMAIL}.
[Se désinscrire](#)

Envoyé par



© 2018 Alexandra Dobbs