

PLANNING DES SEANCES COLLECTIVES

2026

Sophrologie

Hiver 2026

Formation- Spécialisation en
Sophrologie

- ✓ Sophrologie & Personnes âgées
- ✓ Sophrologie & Personnes atteintes
d'un cancer
- ✓ Sophrologie & Sommeil

Printemps

Interventions "Gestion du Stress"

- 📍 Courçon
- 📍 Aytré
- 🎯 Les aidants

6 Séances de sophrologie en groupe

- 📍 Saint Jean de Liversay - La
Nouvelle Laiterie
- 📍 Marans - Salle des fêtes
- 🎯 Les aidants

📍 Marans - Centre Social Les
Pictons

- 🎯 Les personnes âgées de plus de
60 ans

Eté

Pause (mi-juillet à fin août)

Rentrée - Automne

6 séances de sophrologie en groupe

- 📍 Lagord - Hôpital de Jour
- 📍 Salle S/Mer - Hôpital de Jour
- 🎯 Les aidants de personnes
atteintes d'Alzheimer

📍 Marans - Centre Social Les
Pictons

- 🎯 Les personnes âgées de plus de
60 ans

Reiki

Sous l'influence des 13 mères originelles

📅 Samedi 3 janvier

📅 Dimanche 1er
février

📅 Mardi 3 janvier

📅 Jeudi 2 avril

📅 Vendredi 1er mai

📅 Dimanche 31 mai

📅 Mardi 30 juin

📅 Mercredi 29 juillet

📅 Vendredi 28 août

📅 Samedi 26

septembre

📅 Lundi 26 octobre

📅 Mardi 24

novembre

📅 Jeudi 24 décembre

2026

👉 à 20h30 (sauf le
24/12 à 10h00)

🕒 20 à 30 minutes

🎯 Ton endroit
préféré

✓ Sur inscription

💜 10 euros



YouTube

www.philautia-horizon.fr