

À la découverte de la sophrologie à Sigale



Céline Deux-Sous, sophrologue, qui officie sur Nice et dans l'arrière-pays, est venue présenter la sophrologie aux Sigalois à la demande de l'association Bulle d'aires, dans l'espace de vie sociale. Comprendre qu'un individu peut changer sa vie simplement en modifiant sa façon de penser pour harmoniser le corps et l'esprit. De quoi captiver les participants...