

# VILLE DE LA VERRIÈRE

## CSC - Séance de sophrologie



Lundi 5 janvier 2026

Lundi 19 janvier 2026

Le CSC propose une séance de sophrologie les lundis 5 et 19 janvier.

Apprendre à se détendre, à gérer son stress, à mieux dormir et à vivre mieux au quotidien, grâce à la pratique de la sophrologie à l'Espace Rosa-Parks.

### **Infos pratiques**

Sur Inscription (8€ par trimestre)

Espace Rosa-Parks

## Contact

01 30 50 13 00 ou 01 30 50 71 61

[csc.be@mairie-laverriere.fr](mailto:csc.be@mairie-laverriere.fr)