



#PrenonsSoinDenous !

Le Jeu de l'oie revisité via la sophrologie

Pour mieux vivre cette période, la sophrologie est un outil efficace et accessible, que l'on peut pratiquer de multiples façons.



Julie Ménoret, intervenante sophrologie au sein des matinées du Relais,
a créé un jeu de l'oie relaxant.

Pour imprimer le plateau de jeu et découvrir les explications :

https://12c7effd-0db0-3c0f-3aacc2d6c273d6f8.filesusr.com/ugd/e1cf92_e25ef182633f4712bcbbfb665bcf9599.pdf

