



Extrait du Vivre en Comminges

<https://www.vivreincomminges.org/Clcharles-Sophrologue-CAZERES.html>

Charles CLINTON - Sophrologue :: CAZERES

- Répertoires du Comminges - Médecines naturelles, santé et bien-être -



Clinton CHARLES

Date de mise en ligne : vendredi 9 septembre 2016

Sophrologue

Description :

Clcharles-Sophrologue

Charles CLINTON

7bis avenue de saint eizy

31220 Cazeres

Copyright © Vivre en Comminges - Tous droits réservés

Courriel : [clcharles.sophrologue \(@\) gmail.com](mailto:clcharles.sophrologue@gmail.com)

Site web : clcharles-sophrologue.fr

La sophrologie est une véritable méthode qui s'apprend et qui s'expérimente. En accompagnant progressivement la personne à découvrir et à intégrer ses potentiels ressources, celle-ci sera plus à même de développer une meilleure qualité de vie ainsi qu'une plus profonde connaissance de soi. Elle s'applique à tout type de public et de professions et son champ d'action s'applique à de nombreux domaines :

Public : Enfants Adolescents Adultes Entreprises

Principaux domaines d'intervention : Santé et prévention Préparation à l'accouchement (avant et après, pour mieux vivre sa grossesse et l'arrivée de bébé) Gestion du poids (comment se réapproprier son corps dans l'estime de soi) Sommeil Stress Douleur Acouphènes Addictions Accompagnement fin de vie Préparation aux examens scolaires, médicaux, spectacles Sport et performance Développement personnel Créativité Apprentissage Accompagnement de la personne Social

La sophrologie est une recherche d'harmonie ou d'un certain bien-être à travers une méthodologie précise et structurée. Elle a pour but d'équilibrer l'être humain. Grâce à des exercices permettant d'unir le corps et l'esprit, elle permet de découvrir, de conquérir et d'installer des structures positives. Alors s'installe une nouvelle façon de vivre, d'exister, plus positive et plus constructive.

Je suis disponible du lundi au samedi de 9h à 20h uniquement sur RDV

Clcharles-Sophrologue

Charles CLINTON

7bis avenue de saint cizy

31220 Cazerres

Courriel : [clcharles.sophrologue \(@\) gmail.com](mailto:clcharles.sophrologue@gmail.com)

Site web : clcharles-sophrologue.fr