

# Sophrologie

Stress, éducation, poids, addictions, phobies ? La sophrologue Charlotte Ricoux vous aide à découvrir et optimiser vos ressources grâce à des techniques de respiration et de relaxation.

Séances individuelles ou collectives, chez les particuliers ou en entreprises, EHPAD, écoles.

## Coordonnées

95520  
Osny  
Contact

06 05 31 92 13

[charlottericaux@gmail.com](mailto:charlottericaux@gmail.com)

Liens utiles  
[charlottericoux.odoo.com](http://charlottericoux.odoo.com)