



Katia HÉLIE-POTTIER

Sophro-analyste

Ce que je vous propose

Des séances individuelles de sophro-analyse.

Des séances parents-enfants.

Des ateliers ponctuels d'approfondissement.

La sophro-analyse est une thérapie humaniste et psycho-corporelle qui s'adresse aux personnes qui rencontrent :

- des difficultés relationnelles,
- du stress ou du surmenage,
- un manque d'estime ou de confiance en soi,
- des obstacles à la communication, au deuil, au ressenti,
- de l'appréhension par rapport au temps, à l'âge.

La sophro-analyse est une méthode de thérapie énergético-corporelle brève qui réunit la sophrologie et la psychologie moderne.

Ce processus permet une transformation profonde et durable.



Et vous ?

Comment voulez-vous vivre ici et maintenant ?

C'est par rapport à ce qui vous préoccupe que je vous accompagnerai et vous aiderai à trouver les réponses qui se trouvent en vous afin de :

- ressentir ce que vous vivez,
- vous accepter tel que vous êtes,
- vivre le moment présent,
- aimer être en votre compagnie et en celle des autres.

Qui suis-je ?

Diplômée de l'Institut Européen de Sophro-analyse en 2010 après 20 ans en entreprise, je suis également animatrice en découverte de l'art depuis 2001.

Par ailleurs, je suis formée à la communication non violente, à la relation parents-enfants et à l'ennéagramme (outil de découverte de la personnalité).

Je vous accompagnerai dans votre démarche grâce à des échanges actifs et une écoute bienveillante suivant votre rythme.



Pour me contacter

Katia HÉLIE-POTTIER

Le Grand Lieu - 6 rue des Coteaux de Grandlieu

44830 BOUAYE

Tel : 06 89 33 62 25

katiheliepottier@gmail.com

www.katiheliepottier-sophroanalyste.fr

Sur rendez-vous du lundi au samedi
au cabinet ou à domicile.

(frais de déplacement convenus à l'avance)

Prises de rendez-vous en ligne possibles
sur www.osteo-godet44.fr



Diplômée de l'Institut européen de sophro-analyse

www.sophro-analyse.eu