



# Viviane WIRTH-MEYER

## Sophrologue Praticien RNCP

Stressé(e)s par le travail, les enfants, les relations, la santé, d'autres problématiques ou le rythme effréné de la vie ?

Tentez la sophrologie ! Je suis Sophrologue praticien diplômée depuis 2017 et je suis là pour vous accompagner sur la voie de la relaxation.

**Accordez-vous un moment de pause, de calme et de relâchement qui vous permettra de prendre du recul et d'appréhender différemment votre quotidien.**

*Quand avoir recours à la sophrologie ?*

- **Gestion du stress** : Débordement, mal-être, difficultés professionnelles (changement, harcèlement, isolement, dépression, surcharge), problèmes de couples (communication, sexualité, querelles), troubles du sommeil, sophrologie ludique pour les enfants ...
- **Préparation à un événement** : Arrivée d'un enfant (en individuel ou en couple), examen ou concours, compétition sportive, intervention médicale, prise de parole en public ...
- **Accompagnement d'un traitement médical** : Gestion de la douleur, sexologie, PMA, état dépressif ...



Viviane WIRTH-MEYER Sophrologue Praticien RNCP  
**contact@wirthmeyer.fr – 07 68 16 63 44**  
Cabinet : 4, Rue des Seigneurs 68 770 AMMERSCHWIHR  
Plus d'informations sur <http://wirthmeyer.simdif.com>