



SooFree - Fabienne Deville

❖ QUI SUIS-JE ?

Sophrologue, enseignante Hatha et Vinyasa Yoga. Mon parcours de vie et les douleurs quotidiennes d'une maladie m'ont conduite sur ce chemin pour développer un savoir faire spécifique dans l'accompagnement des douleurs chroniques, qu'elles soient physiques (Fibromyalgie, Lyme...) ou mentales (prévention du Burn-out, entre autres).

Par une démarche construite sur l'écoute et le sur-mesure, je transmets des outils par la mise en pratique de techniques issues du Yoga Intégral, de la Pleine Conscience et de la Sophrologie, pour apprendre, en douceur, à apprivoiser et harmoniser le corps et l'esprit.

Se relaxer, souffler, lâcher prise, apaiser les tensions, diminuer les anxiétés, réactiver la confiance en soi pour retrouver une sérénité.

Une approche holistique.

- Sophrologue RNCP (formée à l'IFS Paris)
- Membre de l'Observatoire National de la Sophrologie
- Membre et Thérapeute partenaire de l'Association FibromyalgieSOS
- Enseignante Hatha et Vinyasa (formée à Yoga Vision)



❖ MON LIEU EN BAIE DE SOMME

J'ai souhaité créer un lieu dédié, accueillant et adapté pour recevoir des personnes sur un temps plus long, lors de stages le week-ends, dans un cadre convivial et chaleureux.

Ainsi est née la salle Sokotch (tortue en Malgache), une ancienne grange entièrement rénovée et spécialement aménagée (chauffage doux par le sol, salles de repos et de massage, sauna infrarouge, matériel de pratique du Yoga - Iyengar®, Fly Yoga -) au cœur de la Baie de Somme, une région qui m'est très chère.



J'organise et anime régulièrement des stages avec des partenaires, professionnels en naturopathie, yoga, health food, découverte pedestre ou équestre, char à voile, longe-côte, etc, et propose la salle et l'ensemble de ses équipements à la location pour ceux qui souhaitent bénéficier de ce cadre exceptionnel pour y produire leurs stages.



❑ VENIR

La salle se situe au cœur de Villers-sur-Authie, un petit village de la Somme à 10 minutes de la mer.

30, route de Montreuil
80120 Villers-sur-Authie

Par le train :
2 h de Paris Gare du Nord

Par la route : A16 sortie Fort-Mahon, Rue
2h de Lille, 2h30 de Paris, 3h de Bruxelles



www.fdssoofree.com

@ deville.fab@free.fr

Paris :

Cabinet

140 bis rue de Rennes
Immeuble Régus
75006 Paris
01-70-38-25-30



@Fabienne-Deville-Sophrologue-
Yoga-Integral

Baie de Somme :

Salle Sokotch

30, route de Montreuil
80120 Villers-sur-Authie
07-83-13-08-66



@lagrangebaiedesomme