



SSE
SERVICE DE SANTÉ ÉTUDIANTE
des Antilles



Contribution Vie Étudiante
et de Campus

ATELIERS DE SOPHROLOGIE

ANNÉE 2026-2027

Financés par la CVEC en collaboration avec le SSE



SOUL AND LUV

Avec la société
« **SOUL AND LUV** »
dirigée par
Madame Lisa NOEL



Sophro Chill & Sun
Groupe WhatsApp



PLANNING DES ATELIERS COLLECTIFS

MOIS	DATES	HORAIRES	LIEUX	THÉMATIQUES
SEPTEMBRE	MARDI 29	12h-13h 13h-14h	Salle du Conseil	Libérer les tensions corporelles liées au stress (nuque, dos, mâchoires...).
OCTOBRE	JEUDI 8	12h-13h 13h-14h	Salle du Conseil	Apprendre à identifier et comprendre ses émotions.
	JEUDI 22	12h-13h 13h-14h	Salle du Conseil	
NOVEMBRE	JEUDI 5	12h-13h 13h-14h	Salle du Conseil	Canaliser son attention & rester concentré en cours ou révision.
	JEUDI 19	12h-13h 13h-14h	Salle du Conseil	
DÉCEMBRE	JEUDI 3	12h-13h 13h-14h	Salle du Conseil	Gérer son stress avant un oral, un examen ou une soutenance.
	JEUDI 17	12h-13h 13h-14h	Salle du Conseil	

Pour toute information, veuillez contacter Mme Lisa NOEL :
contact@soulandluv.com. Tél : +590 690 72 14 82