

# Sandra Arancio

Sophrologue certifiée, titre RNCP  
Praticienne en Hypnose Ericksonienne

## Thérapies Brèves

Intervenante pour le Réseau  
**Brain Up Stress Santé Prévention**

Sophrologue référente  
**Pôle Sophrologie & Acouphènes**

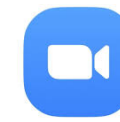


Plus d'informations  
[www.sandraarancio-sophrohypno.com](http://www.sandraarancio-sophrohypno.com)

[www.facebook.com/Arancio.Sandra/](https://www.facebook.com/Arancio.Sandra/)



## Séances en visioconférence



**Afin de nous assurer du bon déroulement de cette séance,  
je vous remercie de bien vouloir suivre ces recommandations**

### Technique

- Télécharger Skype ou Zoom - en vérifier le bon fonctionnement
- Vérifier le fonctionnement du micro et de la webcam
- Vous munir d'un casque avec micro ou d'écouteurs
- Mettre vos téléphones portables en mode avion

### Installation

- Vous installer dans une pièce au calme et vous assurer de ne pas être dérangé (e) pendant la durée de notre rdv (environ 1h)
- Prévoir un siège/chaise confortable
- Prévoir un petit espace libre devant votre siège pour la pratique d'exercices de relaxation dynamique
- Privilégier un éclairage sans contre-jour

### Règlement

- Le règlement se fera par virement à l'issue de la séance à mon nom - IBAN : FR76 1027 8061 9400 0209 7290 140
- A votre demande, je vous adresserai une facture