



Atelier Méditation de pleine conscience

Pour les 7 – 11 ans

Avec Marina KERDRAON-MACARY
Psychologue clinicienne



**Samedi 13 Mai 2017
de 14h30 à 16h00**

La **méditation de pleine conscience** permet aux enfants :

- D'apprendre à se calmer,
- De reconnaître les émotions négatives, comme le stress ou la colère, qui peuvent faire peur,
- De se concentrer pour mieux apprendre.

Cet atelier est une **initiation** à destination des enfants **entre 7 et 11 ans**.

Attention ! Places limitées !

Salles 1 et 2 (Accueil à partir de 14h15)

Maison des associations de l'Arsenal

11 rue de la Chaudronnerie – 65 000 Tarbes

Inscription obligatoire jusqu'au 06 Mai 2017

afep65.edwige@afep.asso.fr ou **06 82 15 24 04**

(Indiquer nom/prénom/âge des enfants et portable)



*Suivi d'un goûter
sorti du sac et à partager !*