



« DÉCOUVERTE DE LA SOPHROLOGIE »

Animée par Técha LEVADOU

Sophrologue spécialisée pour les enfants, Diplômée de l'école européenne de sophrologie dynamique

Exercices corporels et de relaxation, basés sur la respiration, afin d'apprendre à se détendre, à mieux se concentrer, à améliorer son sommeil et à développer sa confiance en soi.

Gestion émotionnelle ludique et adaptée aux enfants.

Date : Dimanche 29 avril 2018

Lieu : Pôle éducatif 17 bis rue Gabriel Moussa **33320 EYSINES**

Horaires : **Groupe 1 : 9/12 ans de 14h00 à 15h00** (+ 10 min d'échange avec les parents à l'issue de l'activité)

Groupe 2 : 5/8 ans de 15h15 à 16h15 (+ 10 min d'échange avec les parents à l'issue de l'activité)

Tarif : 5 € / enfant

Renseignement : Soazig : afep33.soazig@afep.asso.fr

Inscription obligatoire :

<https://www.billetweb.fr/x18-513-ace>