



« DÉCOUVERTE DE LA SOPHROLOGIE »

Animée par Cécile Morana Giret

Dès 5 ans

Apprentissage des exercices de relaxation dynamique pour apprendre à gérer ses émotions et se libérer de ses tensions corporelles.

Initiation à la visualisation positive pour retrouver le sourire !

Point d'échange avec les parents à l'issue de la séance

Date : Dimanche 26 mai 2019

Lieu : Pôle éducatif 17 bis rue Gabriel Moussa 33320 EYSINES

Horaire : 14h15 à 14h45

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

(merci d'indiquer nom/prénom/âge du participant et téléphone joignable le jour de l'activité)