



Enfants à partir de 6 ans - Présence obligatoire d'un parent

Les jeunes peuvent être envahis par leurs émotions sans pouvoir relativiser. Cette séance les aidera à favoriser la détente et l'apprentissage du lâcher prise, à apprivoiser les tensions et les peurs. Le but est de leur permettre de développer les ressources et le potentiel que chaque enfant possède à l'intérieur de lui-même.

Cet atelier permettra de découvrir la sophrologie de façon ludique et aidera chacun à créer sa boîte à outils pour apprendre à gérer « quand ça monte » !

Date : Samedi 7 Décembre 2019

Horaire : 10h30 - 11h30

Lieu : PARIS 7^e (*l'adresse exacte sera communiquée aux participants*)

Participation aux frais : 5€/Enfant (présence obligatoire d'1 parent)

Renseignement : Julie secretariat@afep.asso.fr

Inscription obligatoire sur billetweb.fr/x20-222-decouverte-sophrologie-75