



AFEP

ASSOCIATION FRANÇAISE
pour les ENFANTS PRÉCOCES

ANTENNE OISE

Rencontre et Séances de Sophrologie

Dimanche 9 juin 2013

Animée par Françoise RAFFAULT, Sophrologue

Le but de la sophrologie est d'apprendre à :

- . Mieux gérer ses réactions en situation de stress,
- . Reconstruire son équilibre émotionnel et physique, l'harmonie entre corps et esprit, en allant mobiliser en soi les ressources de la Vie elle-même,
- . Restaurer les sentiments d'estime de soi et de confiance lorsqu'ils ont été mis à mal,
- . Gérer de façon "non-violente" les relations et les conflits par la maîtrise des émotions et en étant bienveillant avec soi-même et les autres.

Dans les locaux de
Association Vivance
101 Rue Bouzonnier
60280 Venette

Inscription avant le 5 juin

Participation 5,00 €

Déroulement de la ½ journée

De 14h00 à 14h45 - séance **pour les enfants de primaire**

De 15h00 à 16h00 - séance **pour les parents**

De 16h00 à 16h30 - Goûter méditatif pour tout le monde

De 16h30 à 18h00 - séance **collégiens, lycéens, étudiants**

Une autre salle sera à disposition pour des jeux de société. Pendant la séance adultes, merci de prévoir une personne responsable (conjoint, ami, grand-parent...) pour rester avec les plus jeunes.

L'activité sera annulée si le nombre de participants est insuffisant

Bulletin ci-dessous à renvoyer, accompagné de votre chèque à l'ordre du trésorier de l'AFEP
À Agnès LAKHDARI 581 rue Edouard Collas 60410 SAINTINES



Relaxation – Sophrologie 9 juin 2013

Nom Prénom Enfant Ado Adulte

Nombre de personnes x 5,00 € → Montant total €

Tel. Courriel

AUTORISATION PARENTALE

Je certifie être à jour de ma cotisation à l'AFEP et que mon enfant est bien couvert par une assurance « individuelle corporelle et responsabilité civile ». J'autorise l'AFEP à prendre des photos de mon enfant lors des activités et de les publier dans sa lettre d'information et sur son site internet.

Signature (précédée de la mention « Lu et Approuvé »)

Date