

ANTENNE CALVADOS

ATELIER SOPHROLOGIE *Animé par Aline Venzal, sophrologue*



Les enfants sont en permanence dans leurs affects, enfermés dans leurs émotions. Dépourvus de repères, de solutions, ils plongent dans un sentiment d'incomplétude. Ces séances favorisent la libération des tensions, permettent de prendre comme point de départ le corps biologique, de se re(construire), d'apprivoiser, de potentialiser les capacités, les émotions et les valeurs d'existence propre à chacun avec le monde qui les entoure. Sur 4 séances, A l'aide de jeux sophro-ludiques et de techniques dynamiques, les enfants gagnent en confiance, en estime de soi et en créativité. Les exercices sont simples et chaque enfant pourra s'entraîner quotidiennement cinq à dix minutes, repérer les outils essentiels à leur vie et à leurs forces en devenir.

Pour les 6/9 ans

De 9h00 à 10h00

Pour les 10 /14 ans

De 10h15 à 11h15

Dates : 4 octobre – 11 octobre - 18 octobre et 25 octobre 2014

Lieu : 710 Bld Grande Delle 14200 HEROUVILLE ST CLAIR

(atelier annulé si moins de 4 participants)

Participation (les 4 séances) : Adhérent **28,00€** - Non Adhérent **45,00 €**



Nom/Prénom :

Adresse :

Tél. * E-Mail :

Enfant : Nom/Prénom : Age :

Adhérent : oui non

*joignable pendant l'activité

Autorisation Parentale pour sophrologie à CAEN X15 175 ACE

Je certifie que mon enfant est bien couvert par une assurance étendue aux activités extrascolaires.

Dans l'éventualité où mon enfant perturberait gravement l'activité, je prends note qu'il pourrait en être exclu.

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