

ATELIER DE SOPHROLOGIE

Nous vous proposons deux séances de sophrologie animées par Aline CAILLAC VENZAL
Celles-ci réuniront parents et enfants pour des exercices en famille, visant à instaurer la communication positive et l'écoute, tout cela dans une boîte à outils où les parents/enfants pourront puiser des ressources. Aider les enfants à bien s'endormir. Se projeter dans sa réussite scolaire ou sportive Lâcher prise sur les tracas et se centrer sur son bien Être....

Lors de la pause thé/cafè nous ouvrirons le dialogue aux parents sur les questions pratiques pour leur enfant. Des outils à expérimenter seront donnés.

Date : Dimanche 13 mars 2016 et dimanche 24 avril 2016

Lieu : Salle municipale 15 Place Champlain 14000 Caen

Horaire : 10h00 à 13h00

Participation : 10,50 €/séance/participant

Renseignement : Marie – afep14.marie@afep.asso.fr

Inscription obligatoire avant le 10 mars 2016

<https://www.billetweb.fr/x16-436-ace>