



« DÉCOUVERTE DE LA SOPHROLOGIE »

Animée par Técha LEVADOU

Sophrologue spécialisée pour les enfants, Diplômée de l'école européenne de sophrologie dynamique

Exercices corporels et de relaxation, basés sur la respiration, afin d'apprendre à se détendre, à mieux se concentrer, à améliorer son sommeil et à développer sa confiance en soi.

Gestion émotionnelle ludique et adaptée aux enfants.

Salle à disposition des parents qui souhaiteraient échanger pendant la séance.

Date : vendredi 9 juin 2017

Lieu : Pôle éducatif 17 bis rue Gabriel Moussa **33320 EYSINES**

Horaire : de 20h00 à 21h00 (+ 10 min d'échange avec les parents à l'issue de l'activité)

Tarif : 5 € / enfant

Inscription obligatoire avant le 5 juin auprès de Soazig :

soazig.gault@wanadoo.fr ou 09 67 32 20 29

L'activité pourra être annulée si le nombre de participants est insuffisant