

VOTRE ENFANT EST STRESSÉ, AGITÉ? QUE FAIRE POUR AIDER UN ENFANT À SE
CONCENTRER? COMMENT APPRENDRE À UN ENFANT À GERER SES ÉMOTIONS?

SEANCES DE SOPHROLOGIE POUR LES ENFANTS

Salle des fêtes de Clérey - 11 rue de l'Église -10390 Clérey



LES LUNDIS À 18H

07 & 21/09

05 & 12/10

16 & 30/11

07 & 14/12

TARIFS

La séance 7 €

Forfait de 5 séances 30 €

Forfait de 10 séances 58 €

LES BÉNÉFICES DE LA SOPHROLOGIE POUR L'ENFANT

La pratique de la sophrologie va alors favoriser le développement de l'enfant dans plusieurs domaines en :

- Encourageant l'autonomie
- Lui apprenant à se servir de sa respiration pour se détendre, se calmer, gérer ses émotions, lâcher prise
- Développant une meilleure concentration, sa capacité de mémorisation et une bonne qualité de présence
- Renforçant la confiance en soi améliorant la communication
- Diminuant la somatisation

Informations et inscriptions auprès de Sarah Martin

06.95.39.70.47 ou par email:

sarah.sophro10@gmail.com

Site web: www.sarah-sophro10.fr