ATELIERS
NO STRESS AU COLLEGE

OBJECTIFS:
Accompagner les émotions, favoriser l'empathie, apporter une meilleure connaissance de soi, améliorer les relations, la cohésion de groupe, favoriser l'estime de soi, la confiance, augmenter les capacité de concentration,favoriser l'apprentissage...

TECHNIQUES:
Réflexologie (plantaire, palmaire, auriculaire, faciale)
Métaphores de relaxation,
Techniques d'hypnoses ludiques,
Respiration.

Objectifs personnalisables
Ateliers en 1/2 journées et journées.
Interventions ponctuelles et régulières.
Degressif en fonction de l'engagement.

Détend, relaxe, calme, apaise...

MENARD CELINE
5 allée des Tourterelles
79300 TERVES

07 67 65 09 87
contact.celinemenard@gmail.com

W W W . C E L I N E - M E N A R D . C O M