



Ateliers parents/enfants

Gestion des émotions



Nous avons souvent le même constat entre enseignants : les élèves sont souvent fatigués, ils ont du mal à se concentrer et à fixer leur attention. Ils doivent également faire face à leurs émotions.

Mélanie CIZERON – Enseignante de GS

La gestion du stress apparaît comme une solution pour aider les enfants à se recentrer sur les apprentissages et mieux gérer leurs relations aux autres. C'est pourquoi l'apel propose 2 séances d'atelier parents/enfants animées par le prestataire L'Happy Nous :

Mercredi 11 Mars et Samedi 14 Mars de 10H30 à 11h30

Vous pourrez y pratiquer des exercices qui permettront à votre enfant **de réduire son stress, diminuer son agressivité, améliorer ses capacités d'attention...** Grâce à ces exercices votre enfant devient plus confiant, plus autonome et plus détendu.



Pour participer à un atelier, rien de plus simple :

1/ s'inscrire auprès de l'apel :

- soit par mail : apel.vallet@gmail.com.
En y indiquant la date de la séance, le Prénom, le Nom de l'enfant et son âge.
- Soit en retournant ce courrier à l'école, rempli avec les informations :

Nom enfant	Prénom enfant	Age enfant	Tél	Atelier du mercredi 11 Mars	Atelier du samedi 14 Mars

2/ Merci d'amener lors de la séance un petit tapis en mousse/serviette pour pouvoir s'allonger dessus.

Vous avez plusieurs enfants à Ste Marie, pas de soucis vous avez juste à les inscrire.

En espérant vous compter nombreux,

L'apel