



Coopérative d'idées  
& Fabrique de projets

# ATELIERS EN FAMILLE

## PRENDRE UN TEMPS DE PAUSE, AVOIR DES OUTILS DE RETOUR AU CALME & À L'ATTENTION

### AU PROGRAMME

APPRENDRE À FAIRE UNE PAUSE, APPRENTISSAGE DE L'ATTENTION ET DE LA CONCENTRATION, DÉVELOPPER UNE MEILLEURE CONNAISSANCE DE SOI. UTILISATION ET DÉCOUVERTE DE DIFFÉRENTS OUTILS DE RETOUR AU CALME AUTOUR DES 5 SENS : JEUX, ACTIVITÉS, LECTURES, POSTURES CORPORELLES, PETITES MÉDITATIONS...

ATELIERS ANIMÉS PAR CINDY PERRIER

**MERCREDI**  
**14 FÉVRIER 2024**  
**MONSOLS**

OU

**MERCREDI**  
**13 MARS 2024**  
**LAMURE**

VHB  
POUR LES 3-6 ANS : 9H15 À 10H  
POUR LES 7-11 ANS : 10H30 À 11H45

SALLE DES ASSOCIATIONS  
POUR LES 3-6 ANS : 9H15 À 10H  
POUR LES 7-11 ANS : 10H30 À 11H45

OUVERT AUX ENFANTS ACCOMPAGNÉS PAR LEURS PARENTS, GRANDS-PARENTS  
GARDE D'ENFANTS DE LA FRATRIE POSSIBLE PENDANT L'ATELIER  
ADHÉSION VHB DEMANDÉE 5€/PERS/AN

Informations et Inscriptions à VHB  
jusqu'au 7 février pour Monsols et 29 février pour Lamure

☎ 04 74 04 73 87 ✉ [famillevhb@centresocialvhb.fr](mailto:famillevhb@centresocialvhb.fr)

[www.centresocialvhb.fr](http://www.centresocialvhb.fr)



POUR LES HABITANTS  
DU HAUT-BEAUJOLAIS &  
DE LA HAUTE VALLÉE D'AZERGUES



Membre de la  
Fédération des centres sociaux de France

©VHB 11/2023 - Crédits art 01065 - ©Freeplik - Imprimé par nos soins - Ne pas jeter sur la voie publique