



Ville du Crès

20 h · 🌐



[#lecrès - JEUNESSE]

Respirez et ressentez... 🧘‍♀️ Un "atelier sophrologie" pour les élèves de CE1 et CE2 du centre de loisirs, animé par la sophrologue cressoise Pauline SALMON, a été mis en place par le service jeunesse. Sur 7 séances, les enfants vont découvrir les bienfaits de la sophrologie de manière ludique et accessible. Pauline développera leurs compétences émotionnelles, les aidant à identifier, comprendre et exprimer leurs émotions.

Les enfants sont déjà enthousiastes, impatients à l'idée de participer à la séance suivante ! 🥰

[Académie de Montpellier](#)



👍❤️ Vous et 43 autres personnes

4 commentaires 23 partages

👍 J'aime

💬 Commenter

🔗 Partager

Les plus pertinents ▼



💎 Super fan

Mary Choquet

Excellent 🧡

Très belle idée 🧡

Très important de commencer jeune.

20 h J'aime Répondre



Nathalie Bizart

Excellente idée 🧡

19 h J'aime Répondre



Mélissa Launois

Très belle initiative 🧡

19 h J'aime Répondre