

Le conseil d'école de Micheline-Saint-Cyr vous invite à participer à une...

Série d'ateliers

PARENTS

ZEN

Avec Ariane Gouault

Formatrice PedaYoga
Maître -Praticienne PNL
Éducatrice Spécialisée



Code QR



Lien:

<https://us02web.zoom.us/j/85918690367?pwd=b253YkkyMU9Bdkloekl4QTN1SE14Zz09>

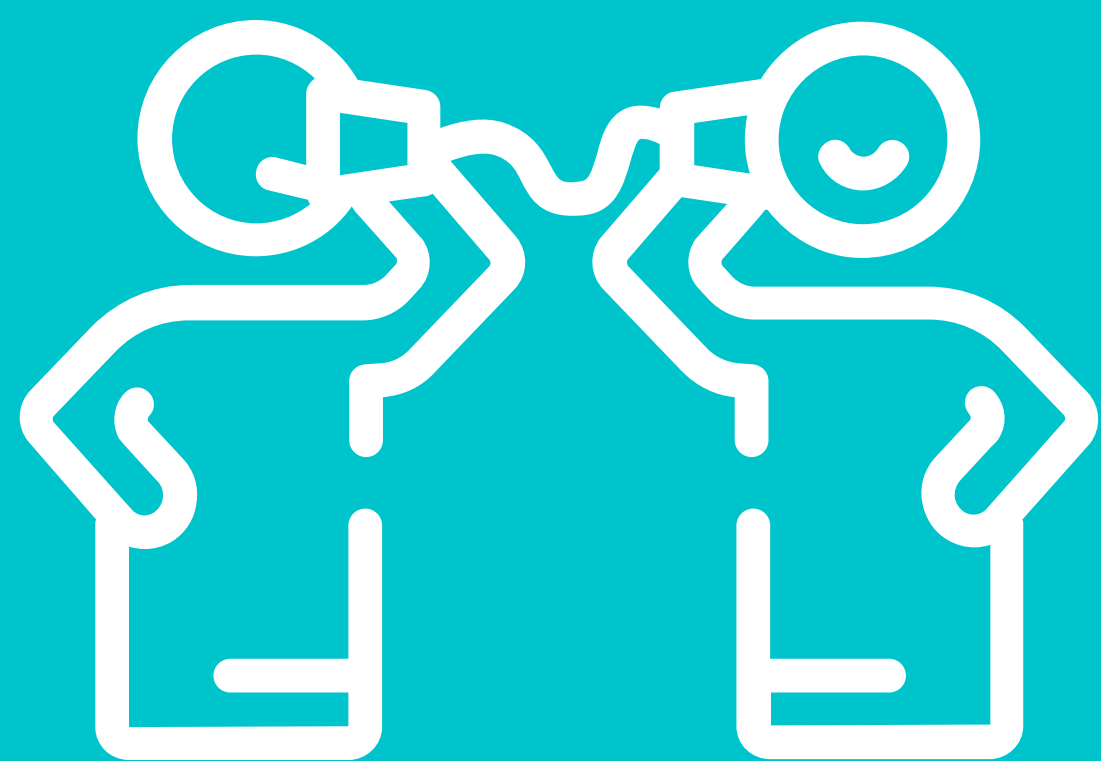
Meeting ID: 859 1869 0367

Mot de passe: 424371

Mardi, 6 Avril 2021 (19h-20h)

Le stress et sa gestion en famille.

- Bien comprendre les styles de stress pour mieux en faire la gestion



Mardi, 13 avril 2021 (19h-20h)

La communication une histoire de famille.

- Trucs et techniques inspirés de La PNL (Programmation Neuro Linguistique)

Mardi, 20 avril 2021 (19h-20H)

Pleine conscience

- Intégration "réaliste" de moments de pleine conscience/yoga dans la routine de tous les jours.

