



Vendredi 17 mai

Soirée Philo-Ado

Autour d'une auberge espagnole
Ouvert aussi aux 5^e



Nouvel atelier Philo -- Sophro

Pour les adolescents de 4^{ème} - 3^{ème}

A la médiathèque de Ségoufielle

Vendredi 17 Mai de 20h à 22h.

Débat philo sur un thème, outils sophro.

Ambiance décontractée !



- Penser par soi même, développer l'esprit critique
- Développer l'estime de soi et la confiance
- Pratique de l'attention
- Respiration pour s'apaiser
- Améliore l'écoute et l'empathie

Entrée libre, sur inscription auprès de la médiathèque ou par moi. Places limitées.

Isabelle Muniesa

06 66 60 57 05



Sophrologue accompagnement des adolescents
cabinet: 12 place de la liberté L'Isle Jourdain 32600

isabelle.muniesa@labulledesemotions.com

www.sophrologue-lislejourdain.fr