



Atelier méditation enfants

Découverte ludique de la méditation

Déroulement	Atelier de 45 minute à 1 heure, les enfants expérimenteront la méditation à travers plusieurs ateliers ludiques : prise de conscience du corps, de la respiration, du temps, observation, ...
Public	Atelier Enfants 8 à 12 enfants de 4 à 12 ans, privilégier un écart d'âge de maximum 4 ans entre les participants
Intérêts pédagogiques	<ul style="list-style-type: none">- Conscience du corps- Imagination- Gestion des émotions- Ecoute de soi 
Intervenante	Malvina Ghoris <u>Diplômes</u> : BAFA, DEJEPS animation socioculturelle, CAP Petite Enfance <u>Formations</u> : Enseignante de méditation « Tangram » <u>Expériences</u> : plus de 20 ans d'expérience professionnelle en accueil de loisirs, écoles, centre socioculturel et à domicile auprès d'enfants et d'adultes Pratique quotidienne de la méditation
Matériel	La salle doit être équipée de tapis en quantité suffisante. Le lieu doit être calme.
Tarif	100€/séances** pour des séances ponctuelles 90 €/séances** pour 3 à 9 séances dans l'année 70 €/séances** pour un minimum de 10 séances par an **Frais kilométrique supplémentaire à partir de 20 km