"RALENTIR"

DU 21 AU 24 DÉCEMBRE



À l'approche de Noël, prenons le temps de faire une pause. Dans une ambiance douce et chaleureuse, les enfants seront invités à ralentir le rythme, à se détendre et à profiter de petits moments cocooning.

AU PROGRAMME

Relaxation, activités créatives et sensorielles, chocolat chaud, douceur et bien-être... Autant d'occasions de se recentrer sur soi, d'écouter ses émotions et de savourer les petits plaisirs du quotidien.



- **Sac à dos + gourde obligatoires chaque jours**

ÇA SE PASSE CETTE SEMAINE :

Date : Lundi 21
Activité : Balade et exercices de sophrologie dans les chemins de la commune
Matériel/Tenue : Tenue adaptée au temps et à l'activité. **Privilégiez des baskets ou des bottes.**

Date : Mardi 22 et mercredi 23
Activité : Ateliers sur les émotions, en petit groupe, avec Audrey
Matériel/Tenue : Tenue confortable.

Date : Jeudi 24
Activité : Atelier cuisine avec Cyrille
Matériel/Tenue : Pyjama ou tenue confortable.

Jeudi, c'est journée pyjama ! S'ils le souhaitent, les enfants pourront venir en pyjama et apporter leur plaid ainsi que leur coussin pour profiter de doux moments de détente, de cocooning et de relaxation.

Arrivée autorisée jusqu'à 10h exceptionnellement !

