Les ateliers chez émeu

Samedi
17 octobre 2020

Atelier Enfant zen
par Delphine Lamour Pilcher

Pour les 6 - 10 ans
de 10h30 à 11h30

Durée : 1 heure.
Tarif par enfant : 15 €
(à payer à la réservation en boutique)

Une pause bienvenue pour contribuer au bien-être des enfants dans le contexte actuel...

Un atelier où on apprend à mieux respirer, à relâcher les tensions du corps et à se relaxer grâce à des techniques de sophrologie et de méditation pour gérer son stress, ses angoisses et ses émotions.

Facile après de refaire les exercices à la maison !

« Le calme tu aimeras souvent retrouver »
« Ton corps tu apprendras à mieux écouter »

Renseignements à la boutique ou par téléphone au 01 43 70 49 24

Suivez-nous sur Instagram & Facebook : emeu_kidstore

Émeu – kidstore éco-responsable – 156 avenue Ledru-Rollin – Paris 11e – M° Voltaire