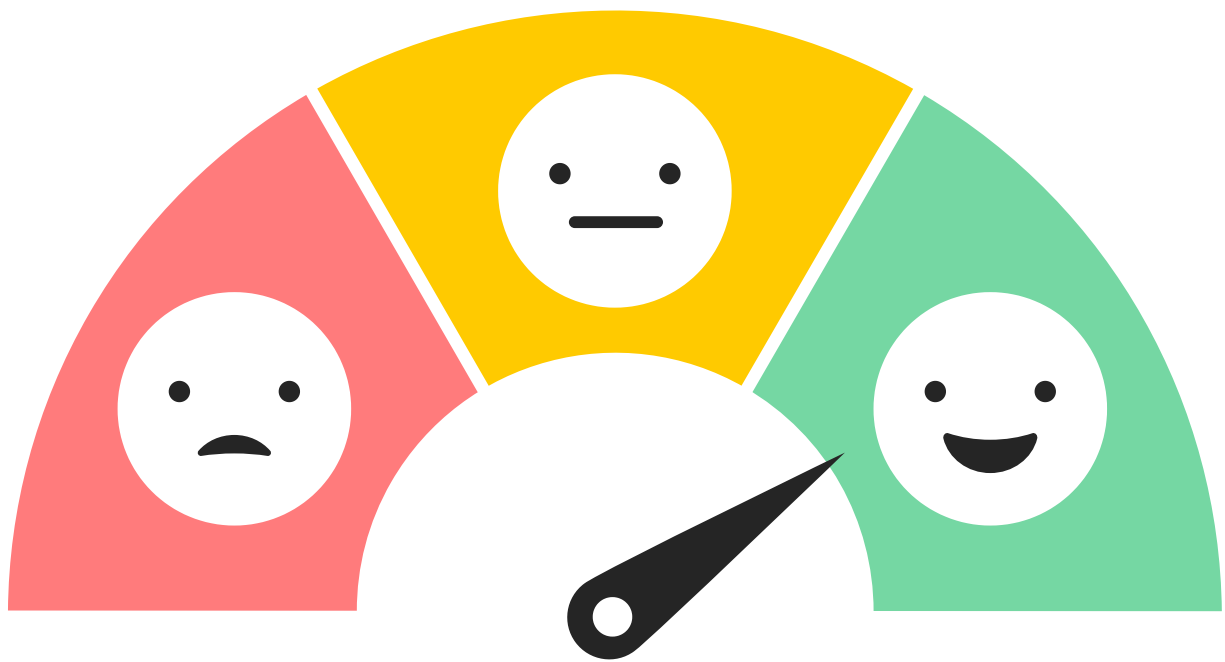




MODULE ADOLESCENCE ET ÉMOTIONS



UN PEU DE THÉORIE

(PARCE QUE LES ADOS AIMENT ET ONT BESOIN DE COMPRENDRE) :

. QU'EST-CE QU'UNE ÉMOTION ?

.QUELLES SONT LES PARTICULARITÉS DU CERVEAU DES ADOLESCENTS ?

.DES OUTILS CONCRETS, FACILEMENT REPRODUCTIBLES POUR MIEUX GÉRER SES ÉMOTIONS...

ET BEAUCOUP DE PRATIQUES DE SOPHROLOGIE !

Module de 5 séances
Les mercredis de 17h à 18 h30
septembre et octobre 2024
Maison des associations

associationtroistiers@gmail.com
page facebook : 3/3Alpilles



Nos rendez-vous du mercredi de 17 h à 18h30

2 0 2 4 / 2 0 2 5

SEPTEMBRE

Langue et culture provençales

11/09

Module de 5 séances :

Adolescence et gestion des émotions.

18/09 25/09

OCTOBRE

Adolescence et gestions des émotions.

2/10, 9/10 et 16/10

NOVEMBRE

Module de 4 séances

Adolescence et estime de soi

13/11, 20/11 et 27/11

DÉCEMBRE

Adolescence et estime de soi

4/12

JANVIER

Module de 8 séances

Préparation aux examens (lycéens)

15/01, 22/01 et 29/01

FÉVRIER

Préparation aux examens (suite)

5/02 et 26/02

MARS

Préparation aux examens (suite)

5/03, 12/03 et 19/03

AVRIL

Langue et culture provençales

25/04