

**PROGRAMME BASÉ SUR LA PLEINE CONSCIENCE  
POUR ENFANTS ET ADOLESCENTS**  
Méthode Eline Snel



**RÉUNION-ATELIER  
à destination des parents**

**le mardi 11 décembre à 18h30 à EYGALIÈRES**

Une réunion avec entrée libre, en toute convivialité pour aborder le contenu, les objectifs, l'historique et le déroulement des programmes basés sur la pleine conscience pour les enfants et les adolescents, avec des micro temps de pratiques offertes pour expérimenter.....

- C'est quoi la pleine conscience ?*
- En quoi la pleine conscience peut-elle accompagner les enfants et les ados vers un mieux-être global ?*
- Comment le programme a-t-il été élaboré ?*
- Quels sont les thèmes abordés ?*

.....

Un temps de questions-réponses viendra clôturer la présentation .

Pour prévenir de votre participation :  
[rm.gonfond@gmail.com](mailto:rm.gonfond@gmail.com) ou 06 73 49 56 99

**Rose Gonfond**  
Programme MBSR pour adultes  
Réduction du stress,  
Entraînement à l'attention pour enfants et adolescents  
[pleine-conscience-provence.com](http://pleine-conscience-provence.com)  
<https://www.facebook.com/pleineconscienceprovence>