

lâcher-prise®

DES FORMULES THÉRAPEUTIQUES
SUR MESURE

Par Laura Petit



ATELIERS ÉDUCATIFS & THÉRAPEUTIQUES

Via **CLING** : le jeu d'introspection ludique



LAURA PETIT

Psychomotricienne

Au fil de mes expériences para-médicales et thérapeutiques, je crée une boîte à outils ludique.

Les ateliers permettent de s'approprier ces outils pratiques entre santé et bien-être.

CLING

C'EST QUOI ?

ET POUR QUI ?

Un format ludique pour :

- provoquer des déclics
- transmettre des clés



Confiance en soi
Gestion émotionnelle

Les jeunes ayants besoins
d'évoluer sur :

- la connaissance d'eux-mêmes,
- la maîtrise de leur stress,

et ainsi favoriser une capacité à se
projeter dans l'avenir avec
sérénité.

Au fil du cheminement
proposé, les jeunes
expérimentent cinq
types d'activités :



- Visualisation
- Écriture guidée
- Corps en mouvement
- Lecture inspirante
- Question à réflexion



**Cet atelier est une expérience originale de 2h
qui permet de plonger en soi pour y trouver des trésors.**

Ateliers éducatifs et thérapeutiques
Via **CLING** le jeu d'introspection ludique

COMMENT ?

Une session de 3h comprend :

1 CRÉNEAU DE 2H DE JEU

pour un groupe de 5 à 15

→ 3 tranches d'âges : - 8 à 11 ans
- 12 à 15 ans
- 16 ans et +

1 CRÉNEAU D'ÉCHANGE

après un temps de pause

LES FORMULES

Formule Intensive 1 journée

400 € TTC

DEUX sessions
10 à 30 jeunes

Formule Exploration 1/2 journée

250 € TTC

UNE session
5 à 15 jeunes

ET APRÈS ?

Suite aux sessions de CLING, un support est transmis à chaque joueur :

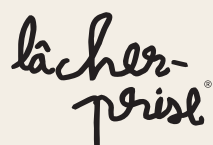
- un questionnaire individuel permettant de nommer les prises de conscience,
- une trame pour exposer ce qu'ils souhaitent partager au groupe.
- un temps d'échange avec l'équipe encadrante qui le souhaite, pour partager des outils pédagogiques complémentaires, si besoin.

Entre introspection, exercices corporels
et partages d'expériences, **CLING** enrichie en profondeur.



PARTENARIAT AVEC VOTRE ÉTABLISSEMENT

Interventions les mercredi, jeudi et vendredi



CONTACT

06 68 83 23 92

lacherprise.asso@gmail.com

