ATELIER CANOPÉ ANIMATION

LES ÉMOTIONS

6 NOVEMBRE 2019

14H-16H

ATELIER CANOPE 14 - CAEN

Animé par l'OCCE14

Objectif(s) :

-Mieux connaître nos émotions, les analyser, les accueillir

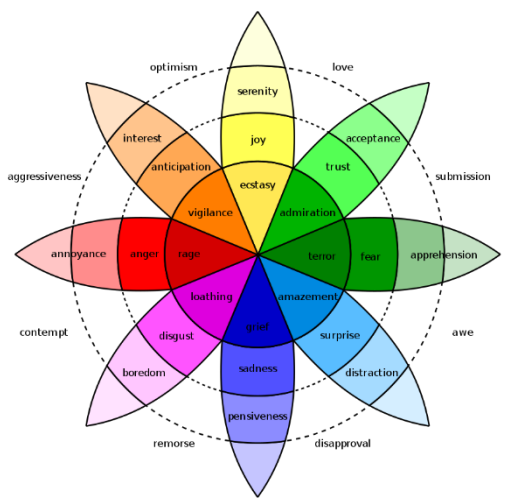
-Apprendre à cohabiter avec elles pour mieux vivre son quotidien personnel et professionnel

Contenu :

-échanges sur les pratiques de chacun et apports théoriques

-pratiques (jeux, outils, pratique courte de sophrologie...)

-présentation de ressources



—

Atelier Canopé 14 - Caen
21 rue du Moulin-au-Roy
14 000 CAEN

—

Renseignements : reseau-canope.fr

Association Départementale CALVADOS
AD 14 OCCE AUTONOMES & SOLIDAIRES
Pédagogie coopérative

RESEAU-CANOPE.FR
CANOPÉ
LE RÉSEAU DE CRÉATION ET D'ACCOMPAGNEMENT PÉDAGOGIQUES