

# Lire & Délire

Les ateliers parents-enfants

« Déguiz'émotions »

*Partager un moment de complicité avec son enfant  
autour d'un atelier liant la créativité et la gestion des émotions !*

Sur le thème du déguisement, nous vous proposons, au cours de cet atelier participatif, d'explorer ce monde merveilleux des émotions à travers notamment, des ateliers créatifs, des échanges et des partages d'expérience.

## Cet atelier est pour vous si :

Vous adorez vous déguiser !

Vous détestez vous déguiser !

Vous souhaitez comprendre pourquoi le déguisement provoque de telles émotions

Vous souhaitez mieux comprendre vos émotions pour mieux saisir celles de votre enfant

Vous êtes à la recherche d'outils pour diversifier vos ressources

Vous souhaitez aider votre enfant à mieux appréhender ses manifestations émotionnelles

Vous souhaitez passer un bon moment avec votre enfant (à partir de 4 ans)

## Les objectifs de cet atelier :

Passer un bon moment avec votre enfant !

Appréhender, accueillir et comprendre vos émotions

Mettre des mots sur vos émotions et notamment face à une situation de déguisement, de joie, de beauté mais aussi de peur

Partager vos expériences sur les vécus émotionnels

Développer l'écoute et la bienveillance

Affiner sa perception des émotions chez soi et chez l'autre

Remplir sa boîte à outils

## Les bénéfices de cet atelier :

Avoir un éclairage sur les émotions

Tirer un bénéfice de la richesse des rencontres

Se sentir entendu et valorisé

Acquérir de l'expérience à jamais

## Et en vrai ?

Une expérience unique

Un changement de regard sur vos émotions

L'occasion de devenir plus tendre envers vous-même et envers les autres

Venez vivre une expérience unique, en toute convivialité,  
**samedi 1<sup>er</sup> février 2020, de 13h30 à 15h30**

**Atelier animé par Caroline TRIBONDEAU, formatrice en gestion des émotions, experte en psychologie positive et spécialiste de la parentalité,  
et Bressy BORJA, animatrice en communication et management en conscience.**

**30.00 € les 2h00 par adulte (gratuit pour les enfants)**

**Sur inscription : 06.29.45.87.09 ou [contact@lire-et-delire.fr](mailto:contact@lire-et-delire.fr)  
8 adultes maximum.**

*(Lire & délire se réserve le droit d'annuler l'atelier si le nombre d'inscrits est inférieur à 4 participants)*

