



Responsable du cours : Anne Demars

Anne Demars est infirmière scolaire depuis 2003, formée en soins infirmiers et spécialisée en santé publique à l'Université de Nancy. Elle a créé ce cours de technique d'approche sans stress (T.A.S.S.) en mai 2016 pour répondre aux besoins de certains enfants.

Contact: 077/ 439 07 82 et 021/ 653 04 56
anne.demars@gmail.com

Tarif :

Le cours est gratuit.
Une inscription entraîne un engagement pour un trimestre.

Horaire :

Mardi: de 17h à 18h15
Du mardi 29 août au 26 juin 2018, sauf férié et vacances scolaires.

Salle : Salle 2 au premier étage

Administration: 021 / 653 72 66
info@animation-chailly.ch
www.animation-chailly.ch

Contenu du cours :

Le cours concerne des élèves qui présentent par moment un stress qui les affecte dans leur bien-être et dans leur vie en général. Le cours vise à leur donner des moyens pour répondre aux difficultés, aux conflits, aux peurs générées par leur environnement et/ou par l'école, avec ou sans difficulté d'apprentissage.

C'est une méthode conçue pour mieux vivre la scolarité.

Le cours comprend des exercices de relaxation, le travail de la respiration et des exercices de concentration. A l'issue du cours l'adolescent pourra utiliser de manière autonome la technique apprise, mobilisera mieux ses ressources personnelles et aura appris à se détendre.

Équipement :

Vêtements confortables^A.



Responsable du cours : Anne Demars

Anne Demars est infirmière scolaire depuis 2003, formée en soins infirmiers et spécialisée en santé publique à l'Université de Nancy. Elle a créé ce cours de technique d'approche sans stress (T.A.S.S.) en mai 2016 pour répondre aux besoins de certains enfants.

Contact: 077/ 439 07 82 et 021/ 653 04 56
anne.demars@gmail.com

Tarif :

Le cours est gratuit.
Une inscription entraîne un engagement pour un trimestre.

Horaire :

Mardi: de 17h à 18h15
Du mardi 29 août au 26 juin 2018, sauf férié et vacances scolaires.

Salle : Salle 2 au premier étage

Administration: 021 / 653 72 66
info@animation-chailly.ch
www.animation-chailly.ch