



RELAXATION

PARENTS / ENFANTS de 3 à 5 ans



NOUVEAU !

**ADHÉSION
FAMILLE**

**5€
PAR SÉANCE**

LE SAMEDI

AU CSC - MAISON POUR TOUS
(voir programmation)

Création : CSC - Maison Pour Tous. Imprimé par nos soins. Ne pas jeter sur la voie publique.

Renseignements : famille.mptchatillon@csc79.org ou 07 56 41 63 72 - 05 49 95 07 43



CSC - Maison Pour Tous - 9 avenue Paul Gellé 79200 Châtillon/Thouet
Tél. 05 49 95 07 43 / csc.mptchatillon@csc79.org / <https://mptchatillon.centres-sociaux.fr/>





RELAXATION

PARENTS / ENFANTS de 3 à 5 ans



Donner du sens aux gestes du quotidien.

Apprendre à faire soi-même pour dépenser moins et limiter l'impact sur l'environnement...

Se faire plaisir, prendre du temps pour soi, se relaxer, s'écouter, se ressourcer, se détendre..

La relaxation est ouverte à tous les parents avec un enfant entre 3 et 5 ans.

Les séances sont animées par Anne-Claire Point, Conseillère en Hygiène de vie et Naturopathe

Au CSC - Maison Pour Tous

9 avenue Paul Gellé - 79200 Châtillon/Thouet

Un à Deux Samedis par mois

Relaxation : de 10h30 à 11h30

(selon programmation)

JAN.

Samedi 21/01

MARS

Samedi 04/03

Samedi 18/03

AVR.

Samedi 01/04

MAI

Samedi 06/05

Samedi 03/06

JUIN

Samedi 17/06

ADHÉSION FAMILLE

(16 € l'année)

+ 5 € par séance par binôme

Renseignements : famille.mptchatillon@csc79.org ou 07 56 41 63 72 / 05 49 95 07 43