

LES CINQ ENRACINEMENTS

Enfants à partir de 7ans

Je grandis, je deviens

NAÎTRE · TRAVERSER · COMPRENDRE · CHOISIR · ÊTRE

Un atelier sensoriel, ludique et créatif pour aider l'enfant à se raconter, s'approprier son histoire, apprivoiser les changements, mettre les mots sur son ressenti, et découvrir ce qui le rend unique.

Durée
2h

Découverte 160€

Groupe 6 à 12
personnes

NAÎTRE

Mon histoire, mes racines

Raconter son histoire avec des images des
objets et dessins

TRAVERSER

Apprivoiser les changements

Explorer les passages et ce qui aide à avancer

COMPRENDRE

Mettre les mots

Identifier les émotions, besoins et
ressenti.

CHOISIR

Je peux décider

Découvrir les petits choix du quotidien et
leurs conséquences

ÊTRE

Ce qui me rend unique

Nommer les qualités, goûts, forces,
et singularités

Déroulé

- Accueil et météo intérieure ➤ 10 min
- Mes racines en images ➤ 25 min
- La rivière des changements ➤ 25 min
- Pause créative: respiration ➤ 10min
- Ma boîte à ressource ➤ 20min
- Mon arbre unique ➤ 20min
- Rituel de clôture ➤ 10min

Objectifs:

- Mieux se connaître et identifier ses ressources
- Mettre des mots sur les émotions et les changements
- Développer l'expression, l'écoute et la confiance
- Reconnaître ce qui rend chacun unique

FORMATS ET TARIFS

- 2h 160€
- ½ journée 350€
- 1 journée 600
- 5x2h 750€
- 5x3h 1150€
- 2 jours 1100€
- 3 jours 1600€

Inclus : Préparation, animation, supports, matériel.

**Déplacement 0,60/km aller-retour- *tarif indicatif.*

**Devis sur mesure possible*