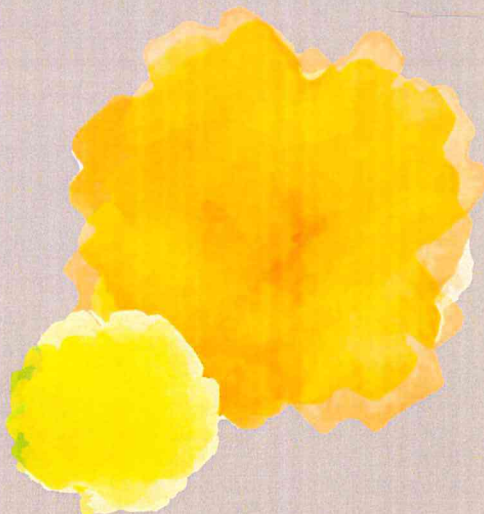




Nous vous invitons donc à lire le programme et à vous inscrire à l'infirmerie pour participer à l'une ou des activités et à en parler à tous vos professeurs qui peuvent inscrire des classes ou des groupes.



Prendre soin de soi

du 29 Janvier
au 2 Février
2018

de 10h30
à
16h

Calligraphie
Contes
Conte théâtralisés
Do in
Initiation à la sophrologie
Mandalas
Méditation aquarelle
Percussion
Puzzle / Tangram
Qi Gong
Relaxation libre et/ou guidée
Sophrologie et contes
Taï Chi
Tricot / Tissage
Voyage sonore
Zentangle

Heures approximatives en fonctions des entrées et des sorties

Lundi 29/01/2018

10h30 à 16h00 Tricot, tissage
foyer lycéen 1 étage

10h30 à 12h00 Calligraphie
salle chanot

14h00 à 15h00 Calligraphie
salle chanot

10 places à la fois (accès
libre)

12h30 à 13h30 Sophrologie pour le
personnel
salle des actes, sur inscription

20 places par atelier

14h00 à 15h00 Sophrologie pour
les élèves
sur inscription

10h30 à 16h00 Mandala,
relaxation libre, zentagle....
salle chanot

Mardi 30/01/2018

10h30 à 11h00 Do in / qi qong
salle épices, sur inscription

11h00 à 11h30 Do in / qi qong
salle épices sur inscription

11h30 à 12h00 Do in / qi qong
salle épices, sur inscription

10 places par atelier

10h40 à 11h40 Conte théâtralisé
salle des actes, sur inscription

11h40 à 12h40 Conte théâtralisé
salle des actes, sur inscription

14h00 à 15h00 Conte théâtralisé
salle des actes, sur inscription

50 places par atelier

14h00 à 16h00 Calligraphie
salle chanot

14h00 à 16h00 Tricot, tissage
foyer lycéen 1 étage

10h30 à 16h00 Mandala, relaxa-
tion libre, zentagle....
salle chanot

Mercredi 31/01/2018

10h30 à 11h00 méditation par
l'aquarelle
salle épices, sur inscription

11h00 à 11h30 méditation par
l'aquarelle
salle épices, sur inscription

11h30 à 12h00 méditation par
l'aquarelle
salle épices, sur inscription

8 places par atelier

10h40 à 16h00 voyage sonore
30m
salle des actes

30 places par atelier

10h30 à 16h00 Tricot, tissage
foyer lycéen 1 étage

10h30 à 16h00 Mandala, relaxa-
tion libre, zentagle....
salle chanot

Jeudi 01/02/2018

10h30 à 11h30 Taï chi / qi qong
salle des actes, sur inscription

11h30 à 12h30 Taï chi / qi qong
salle des actes, sur inscription

13h00 à 14h00 Taï chi pour le
personnel
salle des actes, sur inscription

20 places par atelier

14h00 à 16h00 Tricot, tissage
foyer lycéen 1 étage

10h30 à 12h00 Calligraphie
salle chanot

14h00 à 15h00 Calligraphie
salle chanot

10 places à la fois

10h30 à 12h30 Contes
salle h 17

14h30 à 16h00 contes
salle h 17

10, 15 personnes par contes

10h30 à 16h00 Mandala, relaxa-
tion libre, zentagle....
salle chanot

Vendredi 02/02/2018

10h30 à 11h00 Percussion
salle de danse, sur inscription

11h00 à 11h30 Percussion
salle de danse, sur inscription

11h30 à 12h00 Percussion
salle de danse, sur inscription

8 places par atelier

10h30 à 12h30 atelier conte
sophro
salle des actes, sur inscription

20 places par atelier

14h00 à 16h00 atelier conte
sophro
salle des actes, sur inscription

11h00 à 12h00 Calligraphie
salle chanot

14h00 à 15h00 Calligraphie
salle chanot

10 places à la fois

14h00 à 16h00 Tricot, tissage
foyer lycéen 1 étage

10h30 à 16h00 Mandala, relaxa-
tion libre, zentagle....
salle chanot

Possibilité de venir avec sa classe entière ou demi groupe pour certaines séances.

SVP s'inscrire à l'infirmerie : par téléphone, par mail ou à l'infirmerie

Relaxation à la demande : 30 mn environ

