

DESCRIPTIF DE L'ACTION
(une fiche par action)

PROJET EDUCATIF LOCAL

DEPARTEMENT DES BOUCHES DU RHÔNE
VILLE DE MIRAMAS

**Intitulé du projet : LA SOPHROLOGIE LUDIQUE ET CREATIVE POUR DEVELOPPER
LES RESSOURCES EN SOI**

Structure porteuse : ASSOCIATION « LES EMOTIONS DE MADELYNE »

Responsable de l'action : MME LE TALLEC ELODIE

Objectif général : Conforter les apprentissages en favorisant la pédagogie ouverte, l'éducation non formelle.

Objectifs opérationnels : Apprendre à mieux gérer ses émotions, mieux se connaître et développer sa créativité.

Par la sophrologie, les ateliers doivent permettre de favoriser l'accompagnement en mettant à disposition des outils pour se construire positivement.

Cela peut constituer une base de travail autour de thèmes tels que le harcèlement scolaire, la bienveillance, s'agissant de faire découvrir et d'activer les ressources de chacun (calme, confiance en soi...)

PRESENTATION DE L'ACTION :

- 36 séances d'1h00 du 04/10 au 16/12/22
- 24 séances d'1h00 du 02/01/ au 11/02/23
- 20 séances d'1h00 du 28/02 au 14/04/23
- 34 séances d'1h00 du 02/05 au 30/06/23

Enfants du cycle 3 par groupe de 10 à 12 pendant la pause méridienne.

Les ateliers se dérouleront sur 5 périodes et chaque période aborde un thème :

- Période 1 : les émotions
- Période 2 : le calme
- Période 3 : la colère
- Période 4 : la peur / le stress
- Période 5 : la tristesse

Les séances se dérouleront toujours sur le même mode.

Déroulement d'une séance :

- Temps de parole et d'échange sur le thème de l'atelier
- Technique de sophrologie ludique et approprié au thème : exercices inspirés du yoga
- Temps calmes types relaxation : exercices de respiration
- Temps de créativité : origami, dessin, etc...
- Retour sur l'atelier

L'ordre peut être modifié en fonction des exercices proposés ainsi que de l'écoute des enfants.

Quels en sont les public(s) cible(s) :
Enfants cycles 3

Envoyé en préfecture le 03/04/2023

Reçu en préfecture le 03/04/2023

Publié le 17/04/2023

ID : 013-211300637-20230329-66_2023-DE



Combien de personnes en seront bénéficiaires :

Activité(s) proposée(s) : 10 à 12 enfants max

Lieu (x) de l'activité : 2 écoles élémentaires de la ville (à définir)

Jours et horaires : 2 jours par semaine de 12h à 14h (à définir)

Durée (début-fin) : Pause méridienne de 12h à 14h

Nombre d'intervenants ou d'animateurs : 1

INTERVENANTS (noms et qualification) :

**MME LE TALLEC ELODIE SOPHROLOGUE LIBERALE
DIPLOMEE DE LA FEDERATION FRANCAISE DE SOPHROLOGIE
FORMEE A LA SOPHRO DES MINOTS PAR BARBARA COTUOGNO FONDATRICE DE
LA METHODE**

Budget Prévisionnel :

CHARGES		PRODUITS	
Fournitures diverses	100	ASSOCIATION	300
Achat de prestations (intervenant, pilotage) (70.00€ par séance x 114)	7 980	Participation PEL ville	4 305
Transports	100	Participation Cité Éducative	3 875
Achat matériel	300		
	8 480		8 480