

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 :

- 28 h00 d'intervention du 06/11 au 22/12/2023

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

Les ateliers se dérouleront sur 1 période avec pour thème :

- les émotions
- le calme
- la colère
- la peur / le stress
- 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 calme 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 22/11/2023

Reçu en préfecture le 22/11/2023

Publié le 24/11/2023

ID : 013-211300637-20231115-176_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	
Fouritures diverses	120	ASSOCIATION	150
Achat de prestations (intervenant, pilotage)(70.00€ par séance x 28)	1 960	Participation PEL ville	2 210
Transports	150		
Achat matériel	130		
	2 360		2 360