

Avec votre enfant, mettez le...

# Cap sur la confiance®!

**Venez jouer en duo, découvrez vos forces et vos solutions ensemble!**

**Partager un moment unique avec votre enfant, l'occasion d'apprendre à mieux se connaître en jouant, vous repartirez avec de nouvelles clés de confiance et une belle complicité partagée.**



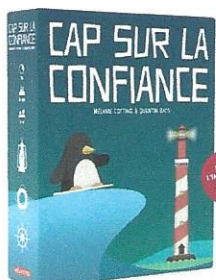
Le jeu cap sur la confiance est un outil efficace pour apprendre à mieux vivre ses émotions et avancer dans la vie en confiance.

Il s'agit d'un jeu de cartes qui permet de mieux se connaître et lever les blocages face au stress et fausses croyances.

**Fixer un objectif positif:** avant l'atelier, votre enfant et vous-même devez réfléchir à un but que vous souhaitez améliorer dans votre vie: Dans quelle situation aimeriez-vous avoir plus confiance, être moins stressé et plus serein?

En 2h30 nous partirons à la découverte du jeu, nous partagerons un moment ludique d'échange et de recherche de solutions ensemble.

- **Lieu:** Yverdon Sport5 - salle Bricolo
- **Âge:** 1 parent + un enfant (7 -12 ans)
- **Horaire:** 9h30-12h
- **Dates:** dimanche matin 5 mars et 19 mars
- **Prix:** frs 40,- membres APEY  
frs 60,- non-membres



**Animatrice officielle:**  
**Christine Bourgeois**  
Coach Émotions & Confiance  
Tél: 079 240 67 32  
info@ateliers-christine.com  
www.ateliers-christine.com



« La confiance est le moteur principal des réussites. »