

# BOUGE ET APPRENDS

## Ateliers Parents-Enfants

### L'apprentissage, c'est un jeu d'enfant !

*Ces ateliers sont ouverts à toutes les familles, que les enfants soient en difficultés scolaires ou non. Chacun y apprendra différents outils dans le but d'être encore plus performant et de pouvoir accéder à tout son potentiel.*

Les enfants vont pratiquer des outils simples pour les aider à gérer leur stress au quotidien. Les parents quant à eux vont apprendre des techniques qu'ils pourront réutiliser à la maison dans le but d'aider leurs enfants à être encore plus performants ou alors de leur permettre de remédier à certaines difficultés scolaires ou comportementales.

De nombreux enfants en difficulté n'ont pas totalement intégré certaines étapes de leur développement dans les 2 premières années de vie (ramper, 4 pattes, marche de l'ours, etc.) ou alors sont nés prématurés ou d'accouchement provoqués. S'ils n'ont pas développé de stratégies pour s'en sortir dans leur apprentissage, ils peuvent alors se trouver en grande difficulté. L'école et les devoirs à la maison peuvent leur demander beaucoup d'efforts. Ils ont un tonus musculaire faible, de fortes crispations dans le corps et sont vite fatigués. Ils peuvent manquer de concentration et d'attention. Ils peuvent avoir une mauvaise vision binoculaire et éprouveront des difficultés à la lecture et à l'écriture. Peut-être même auront-ils de la peine à tenir sur leur chaise sans bouger. Par le mouvement et le jeu, nous allons aider les enfants à mieux penser, ressentir et sentir.

**Activités proposées :** Rythme et Equilibre ; Mouvements croisés, mouvements homolatéraux ; Activités de Brain Gym® ; Dessin à 2 mains et 8 couchés ; Réflexes de peur et intégration des réflexes archaïques par le jeu ; Activités stimulant la motricité fine ; jeux de balles rebondissantes et jeux de coussins de grains de riz.

**Ces ateliers ont pour objectif de traiter les différents chapitres du livre « L'apprentissage, c'est un jeu d'enfant ! », proposé par le Centre Bouge et Apprends, accompagné du CD de musiques rythmées réalisé par Léonard Gogniat du duo CARROUSEL. Les parents pourront par la suite répéter à la maison les outils proposés, en se basant sur ce support pédagogique**

**Lieu :** Centre Bouge et Apprends  
1913 Saillon

**Horaires et Dates :** de 17h15 à 18h15, le jeudi ou le vendredi, environ tous les 15 jours, aux dates suivantes :

26 ou 27 septembre  
10 ou 11 octobre  
7 ou 8 novembre  
21 ou 22 novembre  
28 ou 29 novembre  
19 ou 20 décembre 2019

**Matériel :** Tapis de sol, habits souples

**Participants :** Groupe de 4 familles max.

**Coût :** CHF 240,- pour 6 jeudis ou vendredis. (pour 3 personnes (adultes et enfants) de la même famille (pour plus de 3 personnes de la même famille, un supplément de CHF 30,- sera demandé par personne supplémentaire). *Le matériel n'est pas compris dans le prix mentionné. Il sera possible de vous procurer sur place le livre accompagné du CD, les coussins de grains de différentes couleurs, les balles rebondissantes.*

En cas d'absence, possibilité de rattraper sur l'autre jour de la semaine.



### Renseignements et Inscriptions:

Centre Bouge et Apprends  
Pierre-Alain Musy  
079 215 76 06 / info@cbea.ch

[www.bouge-et-apprends.ch](http://www.bouge-et-apprends.ch) ou [www.cbea.ch](http://www.cbea.ch)