Atelier "Lâcher- prise" rien que pour les parents !

Les vendrrdis 30 janvier, le vendredi 27 février et le vendredi 20 mars 2026

Cette pratique psychocorporelle vous permettra de vous exprimer au-delà des mots.

Elle mobilise le corps, l’émotionnel, le cognitif et le relationnel.

Cette danse vous invite à une compréhension de vous-même et à une libération des tensions, des blocages et des pensées.

Autorisez-vous à vivre cette expérience en toute liberté, pour vous même !

Cet atelier sera organisé tous les seconds vendredis de chaque mois,

- (re) connexion aux sensations corporelles
- Amélioration de la fluidité du corps, agilité relationnelle
- Libération des tensions : régulations émotionnelles
- Activation de bonne humeur, partage, confiance, et lien au sein du groupe.
- Apprentissage, d'autres façons de penser, d'agir et de réagir.

Coordonnées

Estaminet Café Culture
Place du 19 mars 1962
78114
Magny-les-Hameaux
Infos pratiques

lieu: lieu : le 30 janvier et 20 mars à la salle d'animation du Centre Social boutique du Quartier

Le 27 février, salle de spectacle de l'estaminet, esplanade Gérard Philip

Inscription obligatoire auprès de l'accueil du Centre social Albert Schweitzer pour chaque atelier.

Tarifs selon quotients.

Contact

Centre social Albert Schweitzer

Place du 19 mars 1962

01 30 52 22 00