



Les ateliers de la Magie de la Métamorphose®



Tu es une jeune fille et tu as entre 9 et 12 ans, viens découvrir et comprendre les changements que traverse ton corps, prendre soin de toi, de tes émotions et te préparer en douceur à l'arrivée de tes premières règles.

A travers 4 ateliers ludiques partagés en petit groupe, nous allons explorer les signes visibles et non visibles de la puberté dans un cadre bienveillant. Des moments pour te donner les clés afin de vivre cette période avec légèreté.

Tu repartiras après chaque atelier avec un joli livret illustré sur le thème abordé où tu pourras trouver toutes les infos et noter aussi tes réflexions.

4 livrets

Anatomie, physiologie, connexion à ton corps par la méditation, l'art-thérapie ou le mouvement, coloriages... pour te guider et t'approprier ton corps



La Magie de la
Métamorphose

Pour plus d'infos

www.lamagiedelametamorphose.com

POUR LES JEUNES FILLES

1 cycle de 4 ateliers pour un groupe de max. 6 jeunes filles

les mercredis 14h-16h

**21 janvier-18 février-18 mars-22 avril
au Jardin Robinson d'Onex**

**20 francs par atelier
animés par Claudia
animatrice au Jardin Robinson formée aux
ateliers de la Magie de la Métamorphose**

inscriptions: jr.onex@fase.ch

POUR LES PARENTS

pour plus d'information, je vous propose un échange téléphonique ou une rencontre afin prendre connaissance du programme

rendez-vous à définir ensemble