



L'Association des Parents d'Elèves de Lully-Sézenove
A le plaisir de vous convier à divers Conférences interactives et Ateliers pour
Enfants dans le cadre du projet d'école 2018-2019
Le Bien Vivre Ensemble (BVE)

• **Mercredi 7 novembre 2018 à 20h00:**

Assemblée générale de l'APELS et lancement de l'évènement BVE.

Avec une présentation interactive d'introduction à la "Plaine conscience" animée par le Dr. Mariana Smith, Coordinatrice de Recherche, « Mindfulteen Study», HUG-UniGe

La pleine conscience devenue importante de nos jours avait ses origines en Asie il y a plus de 2600 ans. La pleine conscience nous permet d'explorer ce qui se passe en nous – nos sensations, nos émotions et nos pensées – dans le moment présent, avec curiosité et bienveillance, nous permettant de reconnaître nos propres et uniques façons de fonctionner. La pratique régulière de la pleine conscience peut nous aider à mieux gérer le stress, augmenter la concentration, diminuer le déficit d'attention et la réactivité émotionnelle afin de nous aider à vivre d'une manière plus accomplie et harmonieuse.

• **Jeudi 15 novembre 2018 à 19h30:**

Conférence interactive sur la Communication Non Violente en famille, animée par Mme Fabienne Poscia, formatrice en CNV. (www.cnvsuisse.ch).

La CNV est un processus de communication pragmatique et efficace, qui permet d'être clair et congruent dans sa façon de s'exprimer, tout en étant ouvert et motivé à comprendre l'autre. Face à la violence, quelle que soit sa forme, c'est une approche qui favorise la coopération et la résolution de conflits et qui ouvre des issues aux situations confuses, tendues ou douloureuses.

• **Mercredi 16 janvier 2019 :**

Ateliers philosophiques pour enfants, animatrice : Mme Léa Couturier. (www.eveilconscience.ch).

Ces ateliers, au travers de la réflexion philosophique et de la pratique de l'attention, œuvrent à mieux préparer les enfants et les jeunes à devenir des citoyens confiants, actifs et respectueux du vivant. Mme Couturier a participé à la conception de plusieurs activités ludico-pédagogiques visant la culture de la paix (références: "grandir en paix"), chargée d'enseignement à la Haute école pédagogique du canton de Vaud (HEP Vaud), elle s'est formée à l'animation d'ateliers philosophiques via la Fondation SEVE.

14h30: atelier philosophique pour les élèves de 3p et 4p.
durée 45 minutes, maximum 20 enfants, uniquement sur inscription.

15h30: atelier philosophique pour les élèves de 5p à 8p.
durée une heure, maximum 20 enfants, uniquement sur inscription.
Les parents sont les bienvenus comme observateurs.

• **Mercredi 30 janvier 2019 :**

Ateliers solidarité pour enfants, animatrice : Mme Léa Couturier.

Durant cet atelier, les enfants vont expérimenter des situations où ils devront s'entraider et faire preuve de solidarité. Ils seront également en mesure d'identifier les moments ou situations où l'être humain peut aider l'autre sans rien attendre en retour.

14h30 : activités dans le mouvement et utilisant les 5 sens pour les élèves 1p à 4p
1 heure, maximum 12 enfants, uniquement sur inscription.

16h30 : atelier avec jeux d'entraide type chasse au trésor ou *escape game*.
pour les élèves de 5p à 8p durée 1 heure, maximum 12 enfants, uniquement sur inscription.



- **Mardi 5 février 2019 à 19h :**

Conférence interactive par TatouT Formatrice : Mme Sylvia Andersen. (<http://www.tatout.ch>)

Durée : 1h30.

TatouT est une école d'autoprotection et de prise de confiance en soi. TatouT propose par une approche ludique, valorisante et personnalisée, des outils simples et concrets pour rester en sécurité et apprendre le respect de soi et des autres. Les techniques sont enseignées en toute sécurité, sans faire peur. Impliqués, les parents peuvent utiliser les principes et les exercices au quotidien dans l'éducation de leurs enfants.

Suite à cette première conférence auront lieu le Samedi 2 Mars 2019 :

Ateliers TatouT pour enfants :

- 9h à 11h : atelier de sensibilisation TatouT pour les enfants de 4 à 7ans, maximum 12 enfants avec un parent, uniquement sur inscription.
- 11h30 à 13h30 : atelier d'introduction TatouT pour les enfants de 6 à 11 ans, maximum 16 enfant avec un parent, uniquement sur inscription.

- **Mardi 12 mars 2019 à 19h30:**

Conférence interactive sur l'éducation positive et les relations dans la fratrie par l'association Ratatam-Plus (www.ratatam-plus.ch). Durée : 1h30

L'association Ratatam-Plus s'est donné pour mission de contribuer au développement de relations heureuses entre enfants et adultes. Par relations heureuses, nous entendons des relations qui se fondent sur le respect de l'intégrité physique et morale des enfants et sur la recherche active de solutions éducatives qui leur offrent un environnement sûr et accueillant pour grandir et développer leur plein potentiel émotionnel, relationnel, cognitif et humain.

Entrée :

- Conférence** offerte aux membres de l'APELS
CHF 10.- pour les non-membres
- Atelier** CHF 10.- pour les membres de l'APELS
CHF 20.- pour les non-membres

Règlement CASH à l'entrée.

Les conférences et les ateliers se dérouleront à la cafétéria de l'école de Lully-Sézenove. Les conférences seront précédées d'une petite collation et les ateliers seront suivis d'un rafraîchissement.

Les réservations peuvent se faire par mail « ape-lullysezenove@fapeo.ch » ou sur le site <http://www.fapeo.ch/lully-sezenove/> ou au moyen du bulletin d'inscription.

C'est avec grand plaisir que nous vous attendons nombreux et nombreuses.

L'APELS