



Parce qu'il est important, à tout âge, de se sentir bien dans son corps et dans sa tête ;

Parce que l'enfance et l'adolescence sont de grands changements ;

**Nous avons le plaisir de partager avec tous quelques outils proposés par des parents de la LIPE pour aider parents et enfants.**

Avril 2022

## LA SOPHROLOGIE

Bonjour, je m'appelle Mélanie GRINS, je suis sophrologue certifiée RNCP et je travaille avec les enfants et notamment les enfants hypersensibles, à haut potentiel, TDA / TDAH.

Enfants



### ATELIER DE SOPHROLOGIE

**Mercredi 13 Avril**

à L'Appart holistique, Courbevoie

5-8 ans : 14h00 à 15h00

9-12 ans: 15H15 à 16H15

limité à 6 enfants par groupe

### Tarifs

15 € la 1ère  
séance  
au lieu de 20 €

10 séances : 190 €  
au lieu de 200 €

Ce 1er atelier, intitulé « Je suis », permettra à votre enfant de se reconnecter à ce qu'il est, à sa respiration, à l'instant présent, de reprendre contact avec son corps. Le tout se déroulera dans un cadre de bienveillance, de respect, de positivité et de non jugement.

**Réservation** <https://lappartholistique.com/planning/>

Au plaisir de vous rencontrer lors de ces ateliers,

**Mélanie Grins**

[0629756745](tel:0629756745)



Consultations sur RDV en cabinet, à domicile et en visio

<https://www.melaniegrinssophro.com/>

[melaniegrinssophrologue@gmail.com](mailto:melaniegrinssophrologue@gmail.com)

## LA REFLEXOLOGIE

Bonjour, je m'appelle Manuëla Menveux, Je suis Praticienne Santé réflexologue certifiée.

**La réflexologie est une pratique de soin naturelle, préventive et curative**

### C'est quoi ?

La réflexologie vous aide à maintenir votre équilibre physiologique et à renforcer votre capacité naturelle d'auto-régulation.

### Les Principaux bienfaits :

Réduction du stress, apaisement de vos maux physiques et émotionnels, relaxation, amélioration de la qualité du sommeil...

### Pour Qui ?

J'accompagne tous les âgés de la vie du sénior au bébé et particulièrement autour de la périnatalité (femmes en désir de grossesse, enceinte et post-partum) mais également autour des troubles du cycle féminin et hormonaux.



Consultation sur Rendez-vous au cabinet à Courbevoie ou Asnières sur Seine  
Pour la première séance, il faut compter 1h30 – Tarif 65€



### ***Partager un moment de complicité avec votre bébé :***

Je propose des ateliers massage parent-bébé de 1h30 avec support écrit sur Courbevoie

Les prochaines sessions :

4 Juin – 11 Juin – 18 Juin – 25 Juin 2022 à 10h00

25€ la séance

Réservation : 07-63-55-50-06

### **Pour prendre rvs**

+33 7 63 55 50 06

[manuela.menveux@gmail.com](mailto:manuela.menveux@gmail.com)

### **Cabinet Courbevoie**

Samedi de 9h00 à 19h00

8, bis rue Sainte Marie

92400 Courbevoie

### **Cabinet centre Chrysalide**

Lundi et Vendredi de 9h00 à 19h00

3, rue des champs

92600 Asnières sur Seine

## ACCOMPAGNEMENT EN ORIENTATION SCOLAIRE

Bonjour, je m'appelle Raphaëlle Méline et je suis consultante en orientation scolaire et professionnelle. C'est avec plaisir que je vous présente mon activité.

### Votre enfant se pose des questions sur son projet d'orientation ?



- **Connaître** ses moteurs et ce qui nous anime,
- **Choisir** un projet professionnel au plus près de ses désirs,
- Se donner toutes les chances de **réussir**.

- Prendre conscience de ses **talents** pour se les **approprier**,
- Prendre conscience de ses **freins** pour les **apprivoiser**.

#### Pourquoi?

L'orientation est un sujet crucial (et souvent source de stress) pour les jeunes et leurs parents.

Il est important pour les jeunes de prendre le temps de la réflexion et de comprendre leurs moteurs. Cela d'une part pour se donner toutes les chances de réussir et d'autre part, pour les aider à appréhender leur personnalité.

#### Comment ?

Habitante de Courbevoie, je reçois des collégiens, lycéens et étudiants. Je travaille grâce à des tests éprouvés et reconnus et surtout grâce à un échange toujours très riche lors du bilan et de la synthèse en présence des parents.

Si vous souhaitez en savoir plus, vous pouvez visiter mon site: [www.rm-orientation.com](http://www.rm-orientation.com)



**Raphaëlle Méline** 

CONSULTANTE EN ORIENTATION  
SCOLAIRE ET PROFESSIONNELLE

06 62 36 42 44  
[rm-orientation.com](http://rm-orientation.com)  
[raphaelle@rm-orientation.com](mailto:raphaelle@rm-orientation.com)

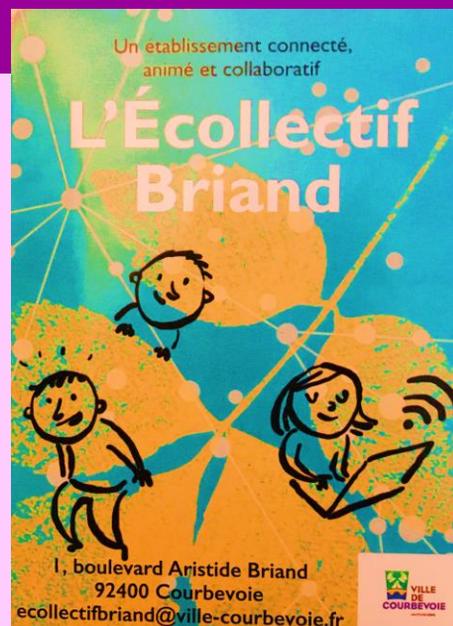
Paris 15, Courbevoie, zoom

## L'ÉCOLLECTIF

### UN LIEU POUR LES 11-30 ans

L'Écollectif dispose de 2 pôles :

- un pôle santé : ESI
- un pôle orientation: SIJ



Il accompagne de façon **gratuite** les jeunes dans leurs problèmes personnels et scolaires.

C'est un **lieu de confiance et de confidentialité** où les jeunes peuvent trouver de l'appui et d'accueil en dehors de, l'école et de la famille (avec qui il n'est toujours facile d'aborder tous types de problèmes)  
C'est un lieu de brassage très riche entre pré-adolescents, adolescents et jeunes adultes d'horizons divers.

Le jeune peut venir seul ou en groupe sans RDV ou sur inscription à des évènements, ateliers.

### Écollectif Briand

Ouvert du lundi au vendredi de 9h30 à 19h et le samedi de 13h à 18h

Informations : <https://www.ville-courbevoie.fr/1793/ecollectif-briand.htm>

Adresse : 1, boulevard Aristide Briand 92400 Courbevoie

Tél : 01 71 05 78 86

Mail : [ecollectif@ville-courbevoie.fr](mailto:ecollectif@ville-courbevoie.fr)