

Booste ton brevet !

Du 20 au 24 avril
de 10h à 12h
et de 14h à 16h

Optimiser les
révisions et
favoriser la
réussite des
élèves de 3^e
Pénivauxois

Inscription
gratuite auprès
du service
jeunesse.

Techniques de
mémorisation

Sport

Relaxation

Sophrologie

Cohérence
cardiaque

Théâtre



Gratuit sur inscription à jeunesseetsport@mairie-vaux-le-penil.fr
Renseignements : 01 64 71 91 31 ou 01 64 71 51 65



Booste ton brevet !

Du 20 au 24 avril
de 10h à 12h
et de 14h à 16h



De 10h à 12h à la Maison des Associations
De 14h à 16h à la Buissonnière

C'est quoi ?

C'est un programme d'aide gratuit proposé par le service jeunesse et sport, du 20 au 24 avril, avec des ateliers de 10h à 12h et du sport de 14h à 16h.

Pour qui ?

Pour les élèves Pénivauvois de 3^e qui veulent optimiser leurs révisions et favoriser leur réussite au brevet.

Programme

Lundi 20 avril

Technique de mémorisation et cohérence cardiaque

Mardi 21 avril

Technique de mémorisation
et alimentation "Miam aux fruits"

Mercredi 22 avril

Atelier théâtre/saynètes

Jeudi 23 avril

Sophrologie et gestion du stress

Vendredi 24 avril

Sophrologie et sommeil

+ activité sportive
tous les après-midis

Intervenants : Laure Dumeillat (sophrologue, relaxologue, conseillère en nutrition) et Claude Bergamin (théâtre).

Gratuit sur inscription (18 places) en matinées ou en journées complètes à jeunesseetsport@mairie-vaux-le-penil.fr

Renseignements : 01 64 71 51 65