



Le centre social de Berck-sur-Mer, vous propose de découvrir

# ZEN FAMILY

## Routine de massage

**C'EST GRATUIT !**

## NOUVELLE Action Parentalité Ouvert à tous

Un programme avant-gardiste, qui contribue au bien-être des enfants, au respect de soi et des autres, à l'augmentation de la concentration, ainsi qu'à la baisse de violence et de l'intimidation dans les écoles et les collectivités.

Le \*MISP™ combine à la fois la pratique d'une routine de mouvements de massage que les enfants pratiquent les uns sur les autres par-dessus les vêtements, en position assise. Ce programme s'adresse aux enfants de 4 à 12 ans et à leurs parents. Les parents apprennent ainsi à masser leurs enfants, et les enfants à masser leurs parents.

**Chères Familles,**  
**Cette action se met en place sous forme de stage,**  
**qui se décline en 5 séances le samedi matin de 10H à 11H30,**  
**salle polyvalente au Cottage des Dunes**

\* LE MISP (Massage In Schools Programme  
Programme massage à l'école)



### 1<sup>er</sup> stage : Ouvert à tous

Samedi 6 février 2021  
Samedi 13 février 2021  
Samedi 20 février 2021  
Samedi 27 février 2021  
Samedi 6 mars 2021

### 2<sup>ème</sup> stage : Réservé aux familles des Accueils de Loisirs

Samedi 13 mars 2021  
Samedi 20 mars 2021  
Samedi 27 mars 2021  
Samedi 3 avril 2021  
Samedi 10 avril 2021

Vous êtes invités à vous  
inscrire auprès de  
**Julie BOMY,**  
réfèrent familles  
au Centre Social de Berck  
**06.29.22.10.61**