

YOG'HISTOIRES



Cet atelier vous invite à vivre un moment privilégié de complicité entre parents (ou grands-parents) et leurs tout-petits de moins 4 ans au sein d'une atmosphère ludique et détendue.

Au programme : des postures de yoga simples, des massages apaisants et des histoires adaptées. Des enfants plus détendus, des parents plus sereins et une expérience enrichissante de partage entre parents et enfants, ainsi qu'entre frères et sœurs.

Notre animatrice conçoit les activités de manière à ce qu'elles soient adaptées pour les différents groupes d'âge.

Cette activité est offerte gratuitement, avec tout le matériel nécessaire à disposition.



© Marc Boutavant



Bibliothèque mixte d'Avenches
Bibliothèque mixte de Vully-les-Lacs