



Bruxelles, le 19/11/2024

Chers parents,

Nous sommes ravies de vous inviter au tout premier *Dimanche Matin de L'Anatole*, une rencontre dédiée aux parents de jeunes confrontés à la phobie scolaire. Cet événement se tiendra le **dimanche 15 décembre, de 10h à 12h**, à **Bruxelles (Jette)**.

Ce moment a été pensé pour vous offrir une parenthèse conviviale, autour d'un petit déjeuner, afin d'échanger entre parents dans une ambiance chaleureuse. Fabienne et moi serons présentes pour vous accueillir et répondre à vos questions.

Pour débiter cette matinée, Maria De Leeuw, psychologue et professeure de yoga, proposera à ceux et celles qui le souhaitent une petite séance de yoga de **20 à 30 minutes**. Aucune expérience préalable n'est nécessaire, ni souplesse particulière. Pas de matériel spécifique non plus : vos vêtements du quotidien suffiront, pour autant qu'ils soient confortables et permettent quelques mouvements simples. Cette séance sera l'occasion de bouger, de vous détendre et peut-être de retrouver un peu d'énergie. Et vous repartirez avec un exercice facile à répéter à volonté...

Adresse : *Club Norwest – Avenue Jacques Sermon, 63 – 1090 Jette*

Vous souhaitez participer ?

Merci de nous confirmer votre présence avant le **10 décembre** par mail à **contact@lanatole.be**, afin que nous puissions vous accueillir dans les meilleures conditions.

Une participation libre aux frais pour le petit déjeuner sera demandée.

Au plaisir de vous rencontrer,

Fabienne et Saskia

Co-fondatrices de l'asbl L'Anatole