



Prof des Ecoles dans une ancienne vie et Educatrice Spécialisée repentie, nous utilisons de multiples approches, éprouvées et novatrices issues de la Discipline Positive, de la Communication NonViolente, et de la Justice Restaurative.

Nos domaines de prédilection : la communication, la prévention, et la résolution des conflits.

Une approche ludo-pédagogique au service du vivant, des prises de conscience et des transformations sociales tendant vers plus de paix et d'égalité dans les relations humaines.



"Drôle ET instructive"

## MISSION : ESTIME DE SOI – OBJECTIF CONFIANCE !

### SENSIBILISATION DES ENFANTS ET DES FAMILLES



La Confestacle ?  
À la croisée de la conférence et du spectacle. Ludique et participative. Elle se veut à la fois accessible et instructive.

### AU PROGRAMME

L'estime de soi, c'est un peu comme un ballon invisible : quand il est gonflé, on se sent capable de tout... mais quand il se dégonfle, on n'ose plus rien !

Dans cette Confestacle, on part à la chasse aux trous dans le ballon : ces petites phrases, ces maladresses, ces pensées qui nous font croire qu'on n'est pas assez bien, pas assez fort-e, pas assez tout court...

D'où vient l'estime de soi ? Comment se construit-elle (ou se cabosse) à l'école, à la maison ou à la récré ?

Et surtout : comment on peut la réparer, la regonfler... et même la booster !

Des saynètes rigolotes, des personnages qui doutent d'eux-mêmes et une surprise pour célébrer qui l'on est !

Et devinez quoi ? Ça marche aussi pour les adultes !

### INTENTION ET OBJECTIFS

Démystifier l'estime de soi avec humour et légèreté pour que les enfants puisse s'impliquer sans culpabilité, et créer un moment vivant et interactif où le public repart boosté !

- ★ Comprendre ce qu'est l'estime de soi
- ★ Apprendre à reconnaître ses forces et ses qualités
- ★ Découvrir des stratégies pour se sentir capable et confiant-e

**TARIF : 400€ HT**



#### Nous contacter

