

# LES SÉANCES ÉDUCATIVES *proposées par Carole*

Forte d'une dizaine d'années de pratique dans la remédiation et le soutien, je propose des séances éducatives individualisées pour

- des enfants ou adolescents qui rencontrent des difficultés d'apprentissages
- des enfants ou adolescents qui présentent des troubles (DYS , TDAh, TND, ...)
- des adultes ou seniors qui souhaitent entretenir leurs capacités de raisonnement, de mémorisation, de concentration
- ...



06 43 34 90 34



59 rue du 1er bataillon de choc - Jepsheim



[www.metapedagogie.fr](http://www.metapedagogie.fr)



**METAPEDAGOGIE  
COLMAR**

# LES ATELIERS LUDIQUES\* *de Carole*

*\*Sur Jepsheim, ou en structure...contactez moi pour plus de renseignements*



## *Les p'tites briques*

*Ateliers collectifs avec des Lego® (Lego® Thérapie). Cette approche pédagogique permet de renforcer diverses compétences et habiletés sociales attendues en classe (attention, raisonnement, sens de l'observation, sens de la communication, coopération avec les autres, compréhension des consignes ...)*



## *Bouge ton corps, bouge ton cerveau avec BRAINBALL®*

*Avec ballons, balles, sacs, ... Une activité de bien-être, de bien grandir, qui favorise la concentration et la coordination des gestes qui appuie sur toute une série de mouvements rythmés, déclinés seul, en binôme, puis en groupe, accompagné de boucles musicales. Activité ouverte de 8 à 108 ans !*



## *Les ateliers ludiques ou fun & family*

*Ateliers collectifs de pédagogie par le jeu. Connaître son cerveau et en prendre soin, soutenir et stimuler nos processus pour intervenir sur l'inhibition, la régulation émotionnelle, le stress, la rigidité, l'impulsivité, l'anticipation, la planification... et gagner en confiance en soi.*



## *Bougez vos neurones*

*Ateliers collectifs destinés aux seniors qui souhaitent booster leur mémoire, leur concentration, et maintenir des acquis. Sont proposés pour cet atelier un temps de BrainBall®, des activités de raisonnement et des jeux stimulants.*



06 43 34 90 34



59 rue du 1er bataillon de choc - Jepsheim

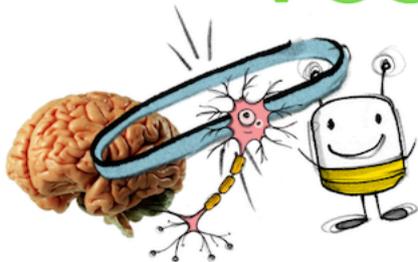


[www.metapedagogie.fr](http://www.metapedagogie.fr)



**METAPEDAGOGIE  
COLMAR**

# BOUGEZ VOS NEURONES



*Special*  
**SENIORS**



les ateliers de  
©arole

Carole Jacquot, Métapédagogue,  
vous propose un cycle d'ateliers novateurs qui permettent  
de stimuler les compétences motrices et cognitives  
tout en favorisant le lien social

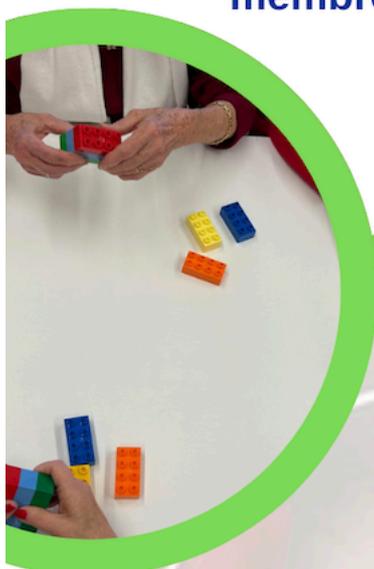
avec :



**Le Brain Ball®**  
animatrice certifiée et  
membre du réseau



**les Six Bricks®**  
animatrice certifiée



E.I. Carole JACQUOT  
06 43 34 90 34

pour plus d'informations  
[www.metapedagogie.fr](http://www.metapedagogie.fr)





### En quoi cela consiste t il ?

Carole propose des ateliers pour travailler les capacités motrices, la sphère sensorielle, l'attention, la concentration, les fonctions executives (la mémoire, le contrôle de l'inhibition, la double-tâche, la planification, la flexibilité mentale) et le lâcher prise.

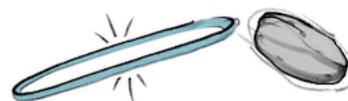


Programme proposé sur 6 à 8 rencontres d'1h à 1h30:

Ajuster mes mouvements aux rythmes ou aux consignes (inhibition)

Suis je flex ou suis je roche ? (flexibilité)

Diriger mon attention et s'activer (activation)



Se parler ? imaginer ? Communiquer ? (discours interne - 1 à 2 rencontres)

Entraîner ma mémoire (mémoire de travail) 1 à 2 rencontres

Anticiper, planifier et organiser (planification)



### Pourquoi travailler les fonctions executives ?

Le vieillissement s'accompagne de modifications du fonctionnement cognitif. Faire appel à des activités utilisant les Fonctions Executives (planification, attention, mémoire, inhibition et coordination...) aide à rester en forme et actif sur le plan cognitif.



Efficaces et divertissants, ces ateliers basés sur les fonctions exécutives, associent mouvements physiques et activités cognitives... les clés pour bien vieillir !

pour plus d'informations

**Carole JACQUOT - 06 43 34 90 34 ou [contact@metapedagogie.fr](mailto:contact@metapedagogie.fr)**