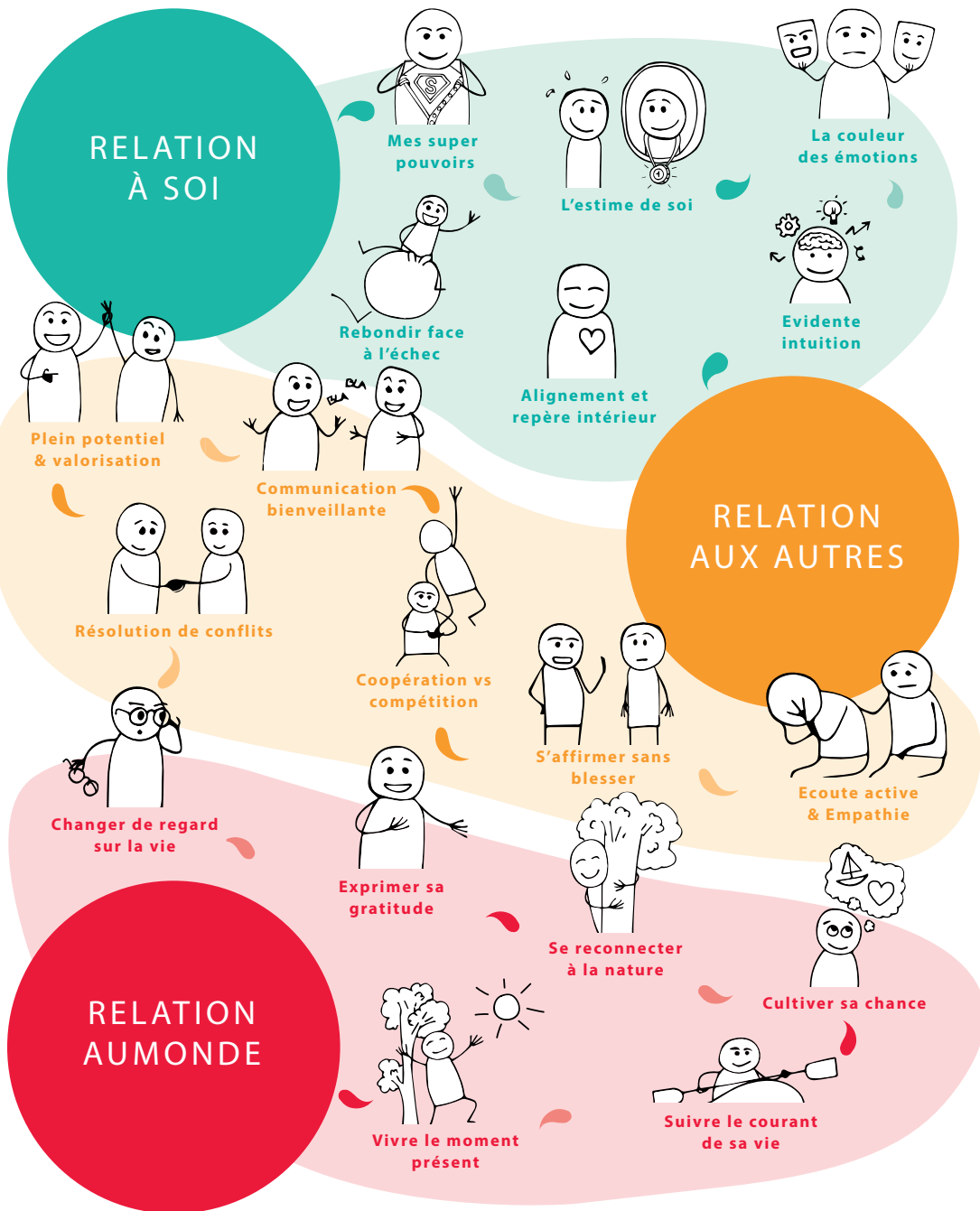


# LE CHEMIN DE L'OPTIMISME



# L'ÉCOLE DE L'OPTIMISME

Un lieu unique pour semer les graines de l'intelligence émotionnelle

L'optimisme est un CHOIX DE VIE qui développe notre capacité à être heureux et à contribuer positivement au monde.



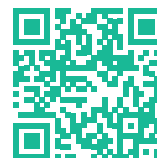
Les **ptits** **optimistes**

Ecole MONTESSORI  
maternelle & élémentaire

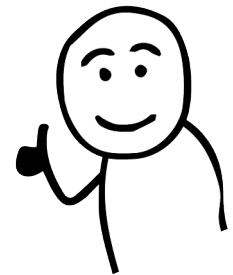
Les Rendez-Vous de l' **optimisme**



Ateliers adultes de  
PSYCHOLOGIE POSITIVE



A **Suresnes** - quartier Mont-Valerien, à 10 min de la Défense (Tram T2, station Belvédère)



# Les p'tits Optimistes

Ecole MONTESSORI bilingue et citoyenne, qui enseigne l'optimisme aux enfants dès leur plus jeune âge, pour leur permettre de grandir en confiance.

## PEDAGOGIE MONTESSORI

### Maternelle

«AIDE MOI À FAIRE TOUT SEUL»

Pédagogie basée sur le respect de l'enfant, ses compétences, ses besoins et son rythme d'apprentissage.



### Elementaire

Outils Montessori associés à la pédagogie de la coopération pour un ancrage en profondeur des savoirs et une transition en douceur vers le collège.

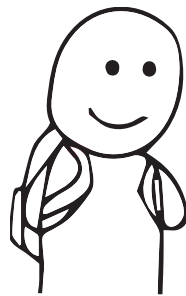
Dans le respect du programme de l'éducation nationale.

## LES EXTRAS DES P'TITS

### Clubs du mercredi & des vacances

Activités d'éveil et d'ancrage corporel.

YOGA  
THÉÂTRE D'IMPRO  
ATELIERS MONTESSORI



### Ateliers de parentalité bienveillante

Pour développer disponibilité, écoute et confiance.

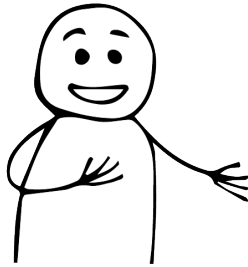
# Les Rendez-Vous de l'Optimisme

Approche Tête – Cœur – Corps pour aborder l'optimisme sous toutes ses facettes, à travers différents types d'ateliers pour adultes.

## PSYCHOLOGIE POSITIVE

Véritable science qui s'appuie sur nos ressources et nos expériences positives pour augmenter notre bien-être.

Se centrer sur ce qui fonctionne pour le comprendre, le maintenir et l'intensifier.



### Ateliers de cheminement personnel :

LA RELATION À SOI  
LA RELATION AUX AUTRES  
LA RELATION AU MONDE

Changer notre regard sur la vie et réenchanter notre quotidien.

## LES EXTRAS DES RENDEZ-VOUS

### Ateliers corporels

Pour compléter ce chemin vers l'optimisme.  
Des moments d'exploration, d'expression et de partage.

THÉÂTRE D'IMPRO  
YOGA, QI KONG & TAI CHI  
DANSE INTUITIVE

