

# Réflexes archaïques

## Ateliers découverte à Grenade (31)



Les réflexes archaïques sont des réactions involontaires principalement présentes chez le nouveau-né.

Ils participent à la mise en place de nos 3 sphères :

**Corporelle** (posture, coordination, détente),

**Emotionnelle** (confiance en soi, gestion du stress, mieux-être)

**Cognitive** (apprentissage, mémoire, concentration).

La non-intégration d'un réflexe peut être la cause d'un « parasitage » de nos trois sphères.

Venez découvrir l'univers passionnant des réflexes archaïques le temps d'un ou plusieurs ateliers !

**ASSOCIATION PERSPECTIVE**  
**31480 LAGRAULET-SAINT-NICOLAS**

### ATELIER 1 : LES REFLEXES DE L'APPRENTISSAGE

*Parents/enfants (à partir de 7 ans), Ados*

*Adultes (parce qu'on apprend tout au long de sa vie),*

**Avoir une écriture fluide ou taper au clavier sans effort (ni douleur)**

**Lire, écrire (orthographe) ou compter avec aisance,**

**Se repérer dans l'espace (maîtriser droite/gauche, conduire et se garer facilement, être adroit dans ses gestes...),**

**Rester assis sur une chaise sans se tortiller, être moins sensible de la taille (vêtements ou chatouilles)**

**Se sentir plus à l'aise en sport à l'école ou en club (améliorer son revers au tennis, sa course au roller, son lancer de ballon...)**

### ATELIER 2 : LES REFLEXES LIES A LA POSTURE

*Ados, Adultes (pour vous ou pour votre entourage)*

**Avoir une posture détendue et ouverte**

**Améliorer sa motricité et sa coordination**

**Avoir les idées claires, être créatif**

### Déroulement d'un atelier (durée 1h30) :

Accueil

Présentation des réflexes archaïques

Expérimentation ludique

Activités pour la maison

Echanges

## Dimanche 18 octobre 2020

14H à 15H30    Atelier 1  
16H à 17H30    Atelier 2

**Lieu :** «  », 56 rue Gambetta à Grenade

**Tarif par atelier :** 12€ (adhérents) / 15€ (non-adhérents)  
11€/14€ à partir de 2 ateliers ou 2 personnes (même famille)

*Un goûter est offert !*

**Adhésion** possible à Perspective 31 (10€) le jour même

### *Ateliers déjà proposés (tout public) :*

*Les réflexes liés aux émotions*

*Les réflexes liés à la concentration*

*Atelier de relaxation corporelle (duo mère/fille)*

Les **5 ateliers** peuvent se dérouler  
sur **un lieu de votre choix** et à la carte  
(à partir de 6 participants et au maximum 12)

**Tarif de groupe** possible.

**Infos et inscriptions** auprès de Catherine  
06 83 43 08 25 (appel ou texto) **ou** [c.soriano@ma.coach](mailto:c.soriano@ma.coach)

Si vous n'êtes pas disponible cette fois-ci,  
préinscrivez-vous pour recevoir les prochaines dates !

### *A venir également les 24 & 25 octobre 2020 :*

**Formation de 2 jours « Prêt à apprendre avec les réflexes »**, destinée aux parents, enseignants, AESH, psychomotriciens, orthophonistes et toute personne intéressée par le monde des réflexes archaïques.

Infos sur <https://ma.coach/formation-oct-2020/>

### **Catherine SORIANO**

**Coach** en développement personnel – [www.ma.coach](http://www.ma.coach)

Formée en **Intégration Motrice Primordiale (IMP) et réflexes archaïques** par **Paul LANDON**, fondateur de l'IMP – [www.reflexes.org](http://www.reflexes.org)

Et initiée à la méthode de **Rééquilibrage Sensoriel et Moteur (RSM) de M-C MAISONNEUVE**, auteur de « Maman, papa, j'y arrive pas ! »