

# TELESMA - Laurence Valentin

**La pratique du « yoga à l'école » passe par le mieux vivre ensemble et apporte un bien-être physique et psychique, un savoir-être plus accordé aux objectifs d'apprentissage par la gestion du stress et des émotions, un renforcement de l'estime de soi, une capacité à prendre du recul dans les situations conflictuelles...**

Laurence Valentin intervient sur projet ou construit avec vous le projet qui répondra à votre motivation et vos besoins spécifiques. Chaque intervention face aux élèves est menée dans un objectif de pérennisation de la pratique dans les classes. Les pratiques proposées sont simples et peuvent être rapidement réinvesties par les enseignants.

Laurence Valentin était jusqu'en 2010 professeure des écoles chargée de direction. Passionnée par la compréhension de l'humain et du corps, elle transmet aujourd'hui le yoga en association, en entreprise, à l'école... aux enfants et aux adultes.

Ville

Saint-Leu-la-Forêt

Courriel

yoga@telesma.fr

Téléphone

[06 63 75 00 70](tel:0663750070)

Contact

- Laurence VALENTIN