

# Éveille ton potentiel

Avec Nico Flow



---

Nous avons tous un potentiel qui nous est propre, un talent, une aptitude, un sens que l'on peut éveiller en faisant de nouvelles expériences.

Depuis 5 ans, j'interviens dans les écoles, les festivals et chez les familles, j'accompagne les enfants « atypiques » pour qu'ils apprennent à faire de leur différence une force. J'anime des ateliers où chaque enfant peut bouger selon son mouvement et explorer ce qui l'anime, et où des moments de pure créativité apparaissent, où des enfants se découvrent, s'épanouissent en jouant.

Mon expérience, c'est d'avoir stimulé la créativité de centaines d'enfants, de les avoir aidé à se dépasser et à montrer le meilleur d'eux-mêmes, d'avoir du plaisir à découvrir de nouvelles disciplines.

Mon savoir-faire, c'est créer des instants de flow, où chacun est au top de ses compétences. Mon savoir-être, c'est rester à l'écoute du groupe autant que l'individu, d'accompagner chaque enfant sans jugement, et l'aider à déployer ses ailes.

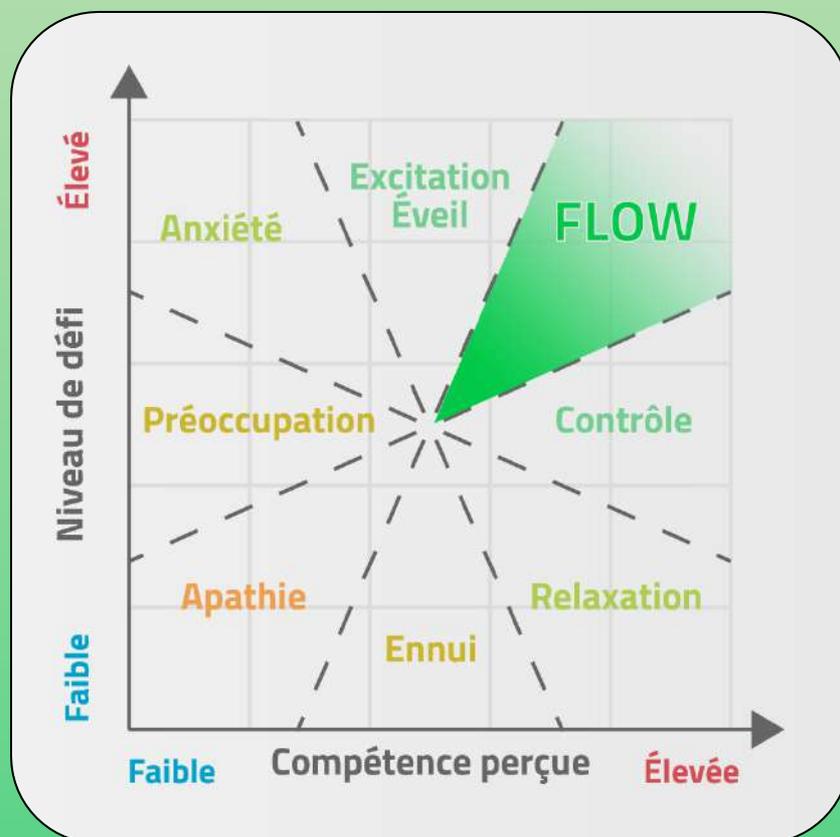
# La pédagogie du flow

## Découvrir le plaisir de se dépasser

Je suis convaincu que chaque enfant possède un talent unique et qu'il désire le révéler. Ce talent peut rentrer dans un cadre scolaire, familial, ou sportif, mais pas toujours.

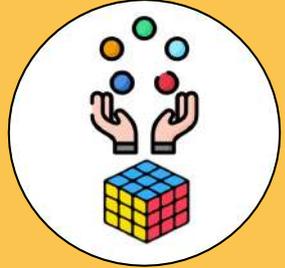
Dans mes interventions, l'enfant se plonge dans une activité où ses compétences sont mises à l'épreuve, et entre dans un état de concentration et de satisfaction : le flow.

L'enfant qui découvre son flow développe un potentiel propre et peut apprendre à déclencher cette aptitude de concentration par lui-même.



# Prestations

---



## Jonglage Créativité

Amplifier sa créativité avec le jonglage, créer un numéro et montrer son talent.

Développer son imagination et sa logique avec les Kapla, le jeu de rôle, ou les Rubik's Cube.



## Escape Game

Travailler en équipe pour résoudre des énigmes dans un temps imparti.

Partager ses connaissances sur ses univers préférés (Minecraft, Harry Potter...) lors d'un jeu coopératif.



## Méditation Yoga

Ressentir sa respiration, accueillir ses émotions, et s'accepter tel qu'on est.

Aligner son corps, son cœur et laisser son potentiel s'éveiller sans effort.

Découvrir le Yoga avec simplicité.



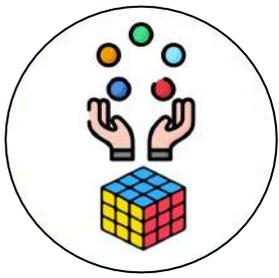
## Show Magie

S'émerveiller devant un spectacle de balle magique, à la fois poétique et humoristique.

078 712 43 49

[info@nicoflow.ch](mailto:info@nicoflow.ch)

[www.nicoflow.ch](http://www.nicoflow.ch)



# Jonglage créatif et balle magique

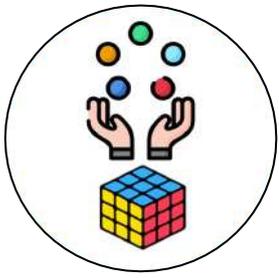
---

## Explorer son mouvement

Par la manipulation d'objets de jonglage et des exercices d'équilibre, l'enfant développe son habilité et sa motricité, essentielles à son développement. Il pourra aussi réussir des défis à la hauteur de ses compétences, et même présenter ses progrès lors d'un spectacle, ce qui renforcera son estime.

Dans cet atelier, l'enfant peut expérimenter la balle magique, qui émerveille autant le spectateur que celui qui la manipule, cette balle permet de revenir dans son corps grâce à son poids et il pourra apprendre comment se calmer, se canaliser.





# Jeu de rôle

## Kapla et Rubik's Cube

---

### Imagination et logique

Envie de consolider une équipe, de décupler votre capacité à résoudre des énigmes et imaginer des histoires ?

Par le jeu rôle, on peut tout inventer, dans un cadre d'échange et de coopération. Le groupe doit réussir ensemble, par la narration, à déjouer les pièges pour sauver une princesse, capturer un dragon ...

Avec les Kapla, les enfants doivent réussir des défis par équipe et construire des tours, des ponts solides...

Avec les Rubik's cube, on décuple ses capacités de logique pour assembler les couleurs, apprendre des techniques et des algorithmes, jusqu'à l'immense satisfaction de résoudre le cube.



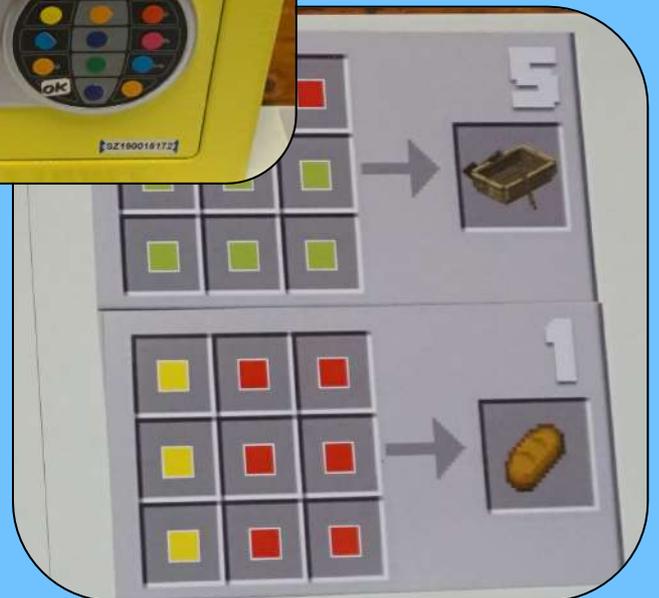


# Escape-Game

## Coopération et énigmes

Dans cet Escape-Game sur le thème des univers préférés des enfants (Fortnite, Minecraft, Naruto, Harry Potter, Disney...), le groupe doit s'organiser pour résoudre les énigmes en mettant en avant les compétences de chacun.

Ils devront utiliser leurs connaissances, leur sens de la logique et de l'entraide pour ouvrir le coffre au trésor dans le temps imparti.





# Méditation & Yoga

---

## Vaste comme un lac

Méditer c'est s'asseoir et s'observer, c'est apprécier l'instant tel qu'il est, sans objectif, sans effort, sans contrainte.

Tout enfant peut apprendre comment revenir en lui-même, et cela à tout âge. Grâce à un cadre apaisant, sécurisant, simple : avec une voix tranquille et sûre, on peut guider l'enfant à suivre sa respiration, à découvrir ce calme intérieur qui vit en chacun de nous.

Par des exercices de Yoga telle que les postures d'animaux ou la respiration alternée, on apprend à centrer son attention et contrôler son corps, son souffle, et la concentration peut se développer.





# Spectacle

---

## Un numéro de jonglage pour émerveiller votre événement

Dans ce spectacle familial, on retiens son souffle devant cette balle magique, qui semble s'envoler comme une bulle.

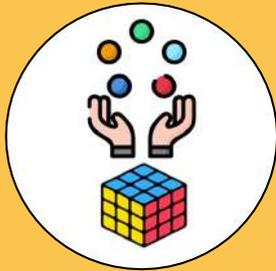
Un instant poétique, mais aussi convivial, où le public est invité à monter sur scène et tester son habilité.

Un numéro exceptionnel, qui peut être poursuivi d'une initiation.



# Tarifs / Contact

---



**Jonglage créatif / Jeux de rôles / Rubik's Cube**

De 6 à 12 ans  
90 minutes  
20 CHF / enfant



**Méditation et Yoga pour enfants / ado**

De 6 à 16 ans  
45 minutes  
10 CHF / enfant



**Escape-Game  
spécial jeux vidéos**

De 8 à 12 ans  
4 à 8 participants - 2 heures  
15 CHF / enfant



**Spectacle de balle magique  
pour votre évènement**

Tout public  
15 minutes  
100 CHF / représentation

**078 712 43 49**

**info@nicoflow.ch**

**www.nicoflow.ch**