

# CLUB ZEN

Jeudi ou Vendredi  
de 13h à 13h40

Pour se relaxer dans un lieu calme.

Se **détendre**,

Respirer, gérer ses émotions,

Evacuer le stress, se sentir mieux ...



Repartir **calme et apaisé(e)** pour le reste de la journée.

Si ça vous dit,  
venez vous inscrire à la vie scolaire !!

Infos auprès de l'infirmière Sophie.

