



## "Pause au calme" tous les vendredis

publié le 17/10/2019

---

### Descriptif :

Atelier pour apprendre à se détendre

---

Dès vendredi 18 octobre de 12H45 à 13H20, le collège vous propose de participer à un atelier "Pause au calme" pour se relaxer, respirer avant les derniers cours de la semaine. Cela vous apprendra également la maîtrise de soi et à se sentir bien dans son corps.

Rendez vous devant la porte A mais avant pensez à vous inscrire à la vie scolaire !

En fin d'année, à l'approche du brevet, des séances spéciales pour les 3e seront bien sûr organisées...



**Académie  
de Poitiers**

*Avertissement : ce document est la reprise au format pdf d'un article proposé sur l'espace pédagogique de l'académie de Poitiers.*

*Il ne peut en aucun cas être proposé au téléchargement ou à la consultation depuis un autre site.*