

## Mes notes personnelles par rapport à mon corps

De quoi mon corps a-t-il besoin ?

Qu'est-ce que je pourrais modifier dans mes habitudes pour mieux prendre soin de mon corps ?

Je ne sais pas ce qui pourrait m'aider ?

J'ai besoin d'un conseil...

- J'interroge ma boussole et je tire une ou plusieurs cartes dans mon jeu pour recevoir une réponse
- Je cherche un conseil dans mon carnet ressources



## Mes notes personnelles par rapport à mon corps

De quoi mon corps a-t-il besoin ?

Qu'est-ce que je pourrais modifier dans mes habitudes pour mieux prendre soin de mon corps ?

Je ne sais pas ce qui pourrait m'aider ?

J'ai besoin d'un conseil...

- J'interroge ma boussole et je tire une ou plusieurs cartes dans mon jeu pour recevoir une réponse
- Je cherche un conseil dans mon carnet ressources



## Mes notes personnelles par rapport à mon corps

De quoi mon corps a-t-il besoin ?

Qu'est-ce que je pourrais modifier dans mes habitudes pour mieux prendre soin de mon corps ?

Je ne sais pas ce qui pourrait m'aider ?

J'ai besoin d'un conseil...

- J'interroge ma boussole et je tire une ou plusieurs cartes dans mon jeu pour recevoir une réponse
- Je cherche un conseil dans mon carnet ressources



## Mes notes personnelles par rapport à mon corps

De quoi mon corps a-t-il besoin ?

Qu'est-ce que je pourrais modifier dans mes habitudes pour mieux prendre soin de mon corps ?

Je ne sais pas ce qui pourrait m'aider ?

J'ai besoin d'un conseil...

- J'interroge ma boussole et je tire une ou plusieurs cartes dans mon jeu pour recevoir une réponse
- Je cherche un conseil dans mon carnet ressources

