

**PETIT
CHALLENGE
BIEN-ÊTRE**

1 FOIS CETTE SEMAINE.



Le challenge des 3 bonheurs
Chacun donne 3 petites choses qui lui ont fait plaisir
aujourd'hui. Même
si ce sont des choses toutes simples comme "j'ai rigolé
avec mon
copain", "j'ai aimé mon goûter"... l'essentiel est de partager
un moment
joyeux de confidences positives avant de dormir.



*Mum Dad
& Fit* 

