

Charte ZEN

Et si je prenais de bonnes résolutions pour ce stage ?



« Il faudrait que je reste Zen en toute circonstance »



« Il faudrait que j'évite de fumer »



« Il faudrait que je sois toujours à l'heure »



« Il faudrait que j'oublie mon téléphone »



« Il faudrait que je laisse cette tentation à la maison »

Paraphes :



« Il faudrait que je maintienne mon effort »



« Il faudrait que je pense à mon sommeil et à celui des autres »



« Il faudrait que je participe à la vie collective »



« Il faudrait que je fasse attention à ma planète »



« Et tout ça avec bonne humeur ! »

Je m'engage à mettre toutes ces bonnes résolutions en pratique au cours de ce stage.

« Lu et approuvé » :

Signature :