

Ce cours gratuit s'adresse à tous les élèves qui désirent renforcer leur estime personnelle et à tous ceux et celles qui se sentent angoissé(e)s ou stressé(e)s face au travail scolaire. Le cours s'échelonne sur 8 séances, une séance ayant lieu tous les 15 jours.

Les élèves intéressé(e)s s'inscrivent au moyen du coupon réponse ci-dessous. De par leur inscription, les élèves s'engagent à suivre les 8 leçons.

Programmation pour le 2^{ème} semestre :

Groupe débutant : mardi 15.30 – 16.20 Salle d'étude 2^{ème} étage

- 19 février
- 12 mars
- 26 mars
- 9 avril
- 30 avril
- 14 mai
- 28 mai
- 11 juin

Vous souhaitez obtenir des informations complémentaires ? Envoyez un mail à :
c.alt@co-perolles.ch

✂ ----- à déposer au secrétariat au plus tard le **lundi 4 février** -----

Nom et Prénom : Classe :

Je suis intéressé(e) à participer au cours de relaxation et gestion du stress.

Je m'engage à suivre les 8 leçons planifiées.

Date : Signature de l'élève :

Signature des parents: