

Nom : _____

Questionnaire

1) Quels outils as-tu aimés?

- Sophrologie
- Art-Thérapie
- Cohérence cardiaque
- Yoga du rire

2) Quels outils t'aident à retrouver ton calme?

- Sophrologie
- Art-Thérapie
- Cohérence cardiaque
- Yoga du rire

3) Penses-tu utiliser ce ou ces outils par toi-même pour retrouver ton calme ?

- Oui
- Non

