



## Tête cœur pieds et esprit

Journée/activité no. : \_\_\_\_\_

Écrivez quelques phrases concernant le déroulement de votre journée/activité sous chaque titre ci-dessous :

**Tête** – Qu'est-ce que j'ai appris aujourd'hui ?

**Cœur** – Quels sont mes sentiments par rapport à cette journée ?

**Pieds** – Comment vais-je mettre en pratique ce que j'ai appris aujourd'hui ?

**Esprit** – Comment ai-je créé des liens aujourd'hui ?

Plus de questions  
au verso.



Continuez à la page suivante

## Vos réactions

Si vous souhaitez, s'il vous plaît nous donner vos commentaires et vos suggestions sur cette enquête / outil.

Organisation :

Programme :

Activité :