

Changer et Grandir de Always

Activité physique
Chaque jour, tous les jours

Plan d'action

Ce que je compte faire :

Où :

Avec qui :

Combien de temps je compte y passer
(à des fins de planification) :

À quelle heure de la journée je compte le faire :

Réflexions :

J'ai choisi cette activité/
ces activités parce que :

PRÉSENTÉ
PAR



CONTENU ÉDUCATIF
APPROUVÉ ET
PROMU PAR

