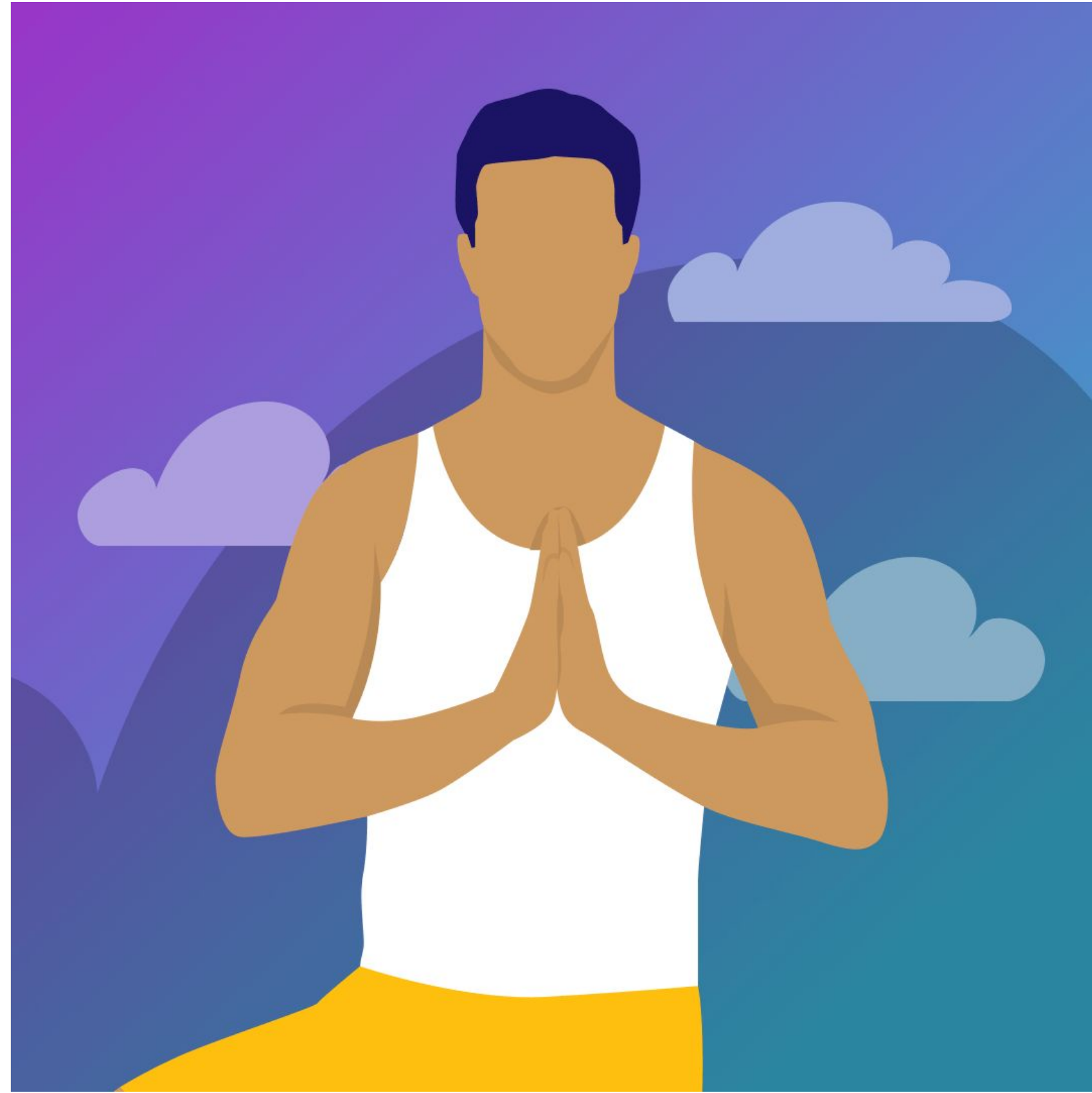




NEW CHALLENGE

Challenge de pleine conscience



19.06 - 25.06

Notre challenge de pleine conscience est conçu pour t'aider à trouver ton centre et à cultiver la paix intérieure. Pendant 7 jours, du 19 au 25 juin, vise à obtenir 5 points par jour en complétant des activités de pleine conscience qui favorisent la relaxation, la conscience de soi et la pensée positive.

Ce challenge est un excellent moyen de donner la priorité à ta santé mentale et à ton bien-être. Inscris-toi dès aujourd'hui et faisons de la pleine conscience une habitude quotidienne !