

A bright yellow smiley face with a wide, open-mouthed grin. The eyes are represented by two simple white curved lines. In the center of the face, the letters 'RRR' are written in a bold, black, hand-drawn font. The smiley face has a slightly irregular, hand-painted appearance.

RRR

Est-ce que vous respectez les 3R ?

Danie Beaulieu nous enseigne que pour nous ressourcer, nous avons besoin de respecter les 3R :

Repos - évidemment, le repos du corps !

Relation - être en relation avec les autres nous permet de recharger nos batteries

Récréation - du jeu, de l'amusement, du plaisir !

Si on ne fait que se reposer, on ne peut pas se ressourcer efficacement 😊