

## Sondage Projet Atelier Relaxation

### Côté Parent /Responsable légal :

Après avoir lu le flyer explicatif, avez vous compris en quoi consiste un atelier de relaxation ?

- non
- oui : ...

Votre enfant vous semble-t-il stressé, angoissé, tendu, renfermé ? Ou est il sujet à des crises d'angoisse ou de phobie ?

- oui
- non

Pensez vous que ce genre d'atelier peut être utile à votre enfant ? Développez votre réponses si besoin

- non...

- oui...

Accepteriez vous que votre enfant participe à un atelier de relaxation au sein du lycée pendant des inter-cours ?

- oui
- non

Merci de bien vouloir envoyer ce questionnaire rempli à : [sec.viescol@ac-toulouse.fr](mailto:sec.viescol@ac-toulouse.fr)

objet : à l'attention de céline/projet relaxation

ou de l'imprimer et de le transmettre à la vie scolaire **AVANT LE VENDREDI 22 OCTOBRE**

Merci de votre participation

## Sondage Projet Atelier Relaxation

### Côté Lycéen :

Te-sens tu stressé(e), angoissé(e), tendu (e)?  
quelles sont les raisons :

As tu du mal à t'endormir ?  
Que se passe t il quand tu n'arrives pas à t'endormir ? :

As-tu des difficultés de concentration en classe ?

As-tu des soucis de digestion, de ventre noué, de perte d'appétit ?

Pour toi, en quoi consiste un atelier de relaxation ?

As tu lu le projet explicatif (seul ou avec ton parent/responsable légal) ?  
Est ce que cela t'a éclairé sur la question ?

Penses-tu que cet atelier pourrait t'aider à mieux gérer tes émotions ?

oui

non

Serais tu intéressé(e) pour y participer ?

oui

non

Si oui est-tu prêt à être régulier dans la pratique ? (engagement sur minimum 8 s éance)  oui  non

Merci de bien vouloir envoyer ce questionnaire rempli à : [sec.viescol@ac-toulouse.fr](mailto:sec.viescol@ac-toulouse.fr)

objet : à l 'attention de céline/projet relaxation

ou de l'imprimer et de le transmettre à la vie scolaire **AVANT LE VENDREDI 22 OCTOBRE**

Merci de votre participation