

LES TEMPS DE VACANCES

Lorsque la cloche sonne la dernière journée de classe pour les enfants, cela signifie également que le temps des vacances est arrivé et pour la plupart d'entre nous elles ont été bien planifiées, car même en vacances, il y a peu de place pour l'improvisation et la spontanéité.

Il y a le temps des vacances et il y a aussi les temps en vacances :

- Temps de repos;
- Temps de loisirs;
- Temps pour les relations.

Temps de repos est :

Un temps pendant lequel vous mettez de côté toutes activités et que vous vous permettez d'être, tout simplement. Le secret du temps de repos c'est être fondamentalement passif, vous vous permettez de ne rien faire, ne rien accomplir, simplement de laisser couler le temps.

Temps pour les loisirs :

En vacances c'est important d'avoir du temps pour des loisirs pour faire le plein d'énergie et se divertir. Ce temps est bénéfique pour le corps et pour votre esprit. Ce temps commande de faire tout ce qui vous amuse et qui vous procure du plaisir.

Temps pour les relations :

Le temps accordé aux relations est une période privilégiée pour vivre de bons moments en famille et d'apprendre à mieux se connaître, à échanger et à prendre du temps pour se parler, rire et se taquiner. C'est un temps précieux, solidifiez-les bien avec vos proches et entre amis.

Prendre des vacances c'est une nécessité, prendre des temps de vacances c'est une priorité.

C'est à bien y penser, c'est une question de priorités.

Bonnes vacances !