

ENTREZ DANS VOTRE JARDIN SECRET

Niksen
(contempler)

« ne rien faire »

Farniente
(détente, sieste)

DÉFINIR

- ✓ Un espace-temps privé
- ✓ Sans performance
- ✓ Ni comparaison
- ✓ Ni culpabilité

VOUS AUTORISER

- ✓ Un temps sans scroller
- ✓ Un temps pour vous
- ✓ Un temps sans productivité

Créativité
(ex-expression)

Plaisir
(jeu, massage)



[voir l'article](#)

© Mickaël Chalopin – Centre NezSens (Ei), 2025 | Tous droits réservés
9 place des Pénitents Blancs, Montée du Château, F-06690 Tourrette-Levens | www.nezsens.com
SIRET 790 507 529 00051 | APE 8559A | NDA : 93061069606 (Ce numéro ne vaut pas agrément de l'État)
Toute diffusion, reproduction ou adaptation de ce support nécessite la citation explicite de l'auteur et du site.