

<https://clg-colbert-chateauroux.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/spip.php?article572>

Prendre l'air, c'est bon pour la santé mentale !

- Santé des élèves - La santé mentale, car il n'y a pas que le physique qui compte ! -



Date de mise en ligne : vendredi 16 janvier 2026

Copyright © COLLÈGE COLBERT CHÂTEAUX - Tous droits

réservés

Prendre l'air, c'est bon pour la santé mentale !

Même s'il fait gris, un peu froid en hiver...nous ne sommes pas en sucre ! Découvrez les bienfaits de prendre l'air et comprenez pourquoi il est bon de passer ses récréations dehors quand il ne pleut pas trop ! Si on est bien équipés avec le manteau adéquat, voir aussi les gants et le bonnet par grand froid, ça peut être très agréable

[<https://clg-colbert-chateauroux.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/sites/clg-colbert-chateauroux/local/cache-vignettes/L400xH400/ng20260116-090217-7c8b9.png>] **NG20260116 090217**

N'hésitez pas à lire cet article très intéressant pour notre santé en cliquant sur le lien suivant

https://www.santementale-info-service.fr/en-prendre-soin/tous-les-conseils/prendre-l-air-c-est-bon-pour-la-sante-mentale?at_medium=display&at_campaign=2025-09-29-Informer-Display-SPF-SanteMentalePromoSite-622518&at_channel=Meta&at_format=R-Consideration-dCPM-Meta-GrandPublic-SocioDemo-HF18Plus-LinkAd-1x1-Multidevice&at_creation=P-LinkAd-1x1-SAerer&at_detail_placement=0x0&adfcid=1763930807.vPFivXsqe0-38ua05Asrzg.Mjg2NzM5MywxOTE2MTI3

[https://clg-colbert-chateauroux.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/sites/clg-colbert-chateauroux/local/cache-vignettes/L328xH185/logo_parcours_sante_college_colbert-26301.jpg] **logo parcours santé collège colbert**