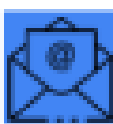




LE TEMPLE INFORMATIQUE

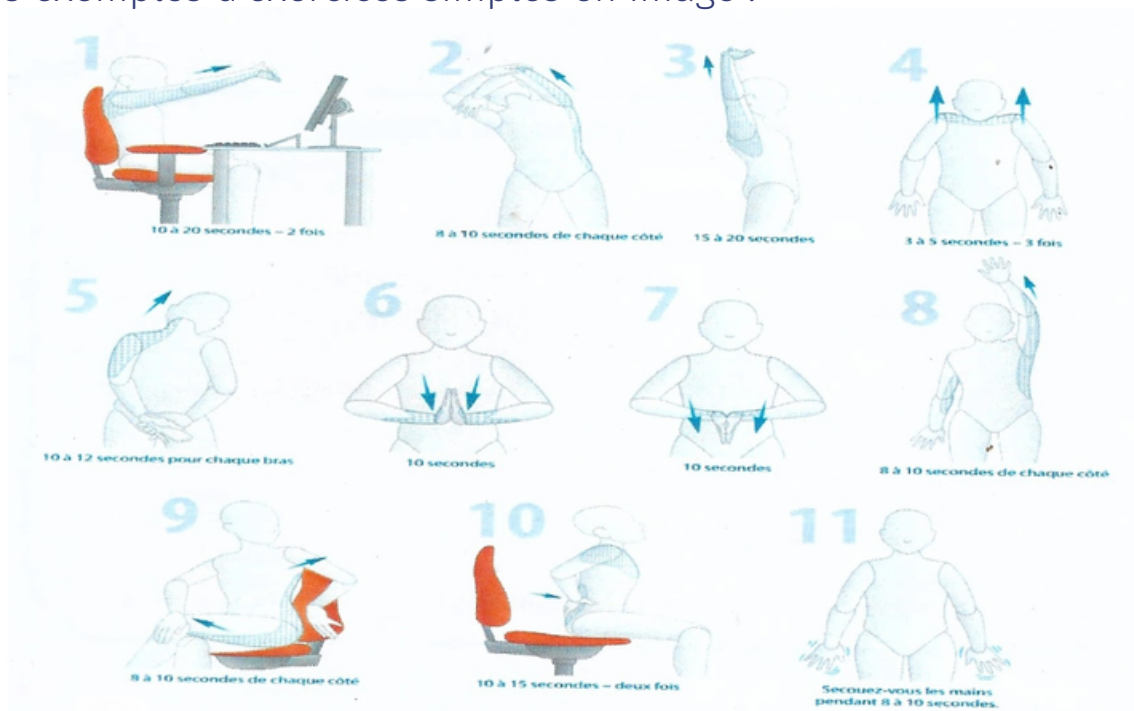


ASTUCE DU VENDREDI :

GYMNASTIQUE DE PAUSE INFORMATIQUE 2

De temps en temps, je quitte l'écran des yeux et je réalise des exercices simples pour me détendre et détendre mes yeux.

Quelques exemples d'exercices simples en image :



Si vous appréciez ce type d'Astuce, n'hésitez pas à commenter sur les réseaux sociaux et à en demander d'autres. Je me ferais un plaisir d'y répondre.

N'hésitez pas non plus à en faire profiter votre entourage en partageant ce post.



TEL : 07 49 40 12 94



LETEMPLEINFORMATIQUE@GMAIL.COM

WWW.LETEMPLEINFORMATIQUE.FR

