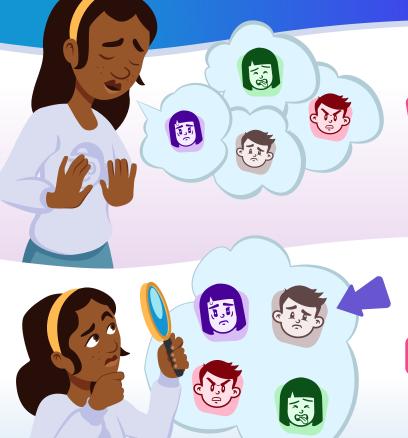
TU VIS UNE ÉMOTION INTENSE?

Quelque chose te dérange? Tu te sens mal?





Prends un pas de recul, respire.



Tente d'identifier ton émotion et réfléchis aux actions à poser.





Applique la meilleure solution pour toi ou demande l'aide d'un adulte.

tu es prêt à prendre action pour te sentir mieux

