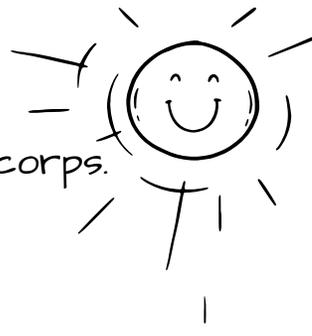
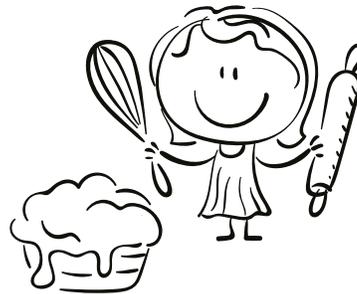
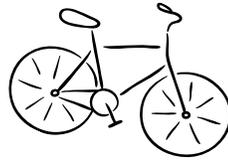
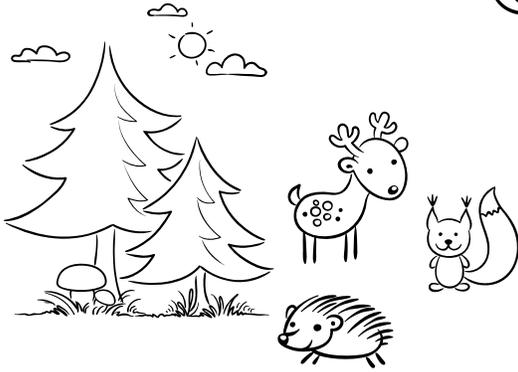


Ce qui me fait du bien



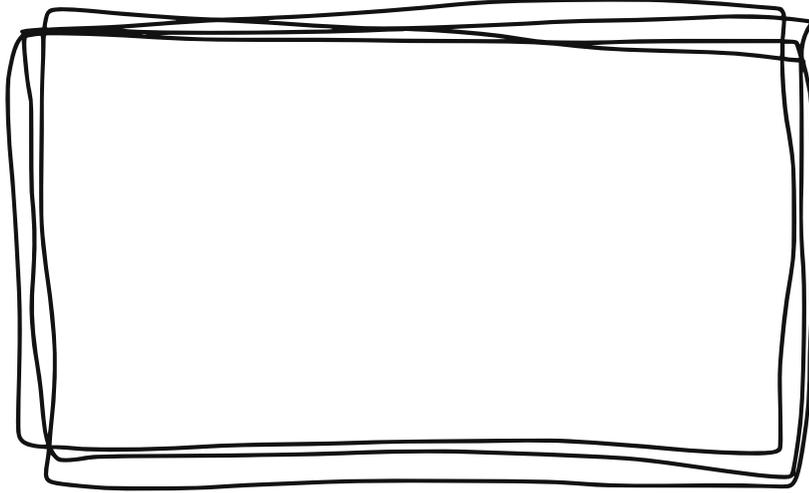
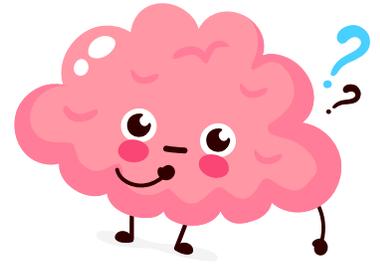
Encerle les choses et les activités qui te font du bien dans ton corps.



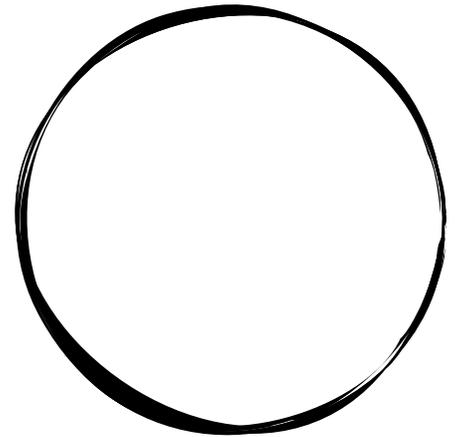
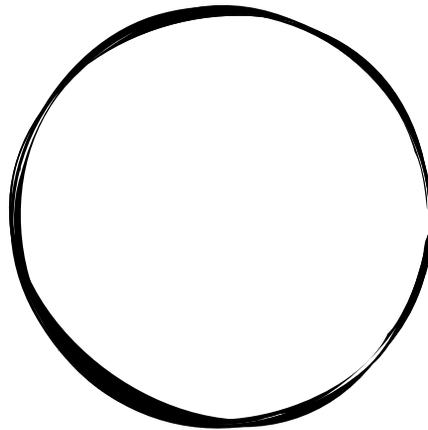
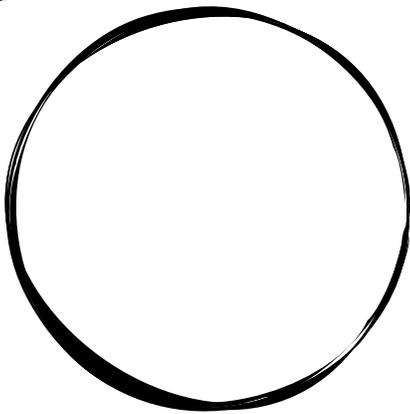


Retour sur l'activité

As-tu d'autres idées de ce qui te fait du bien ?
Si oui, dessine ou écris-les ici.



Parmi tout ce qui te fait du bien, choisis tes trois choses/activités préférées. Dessine ou écris-les ici.



Quand tu penses à ces choses/activités, quelles sont les sensations et les émotions dans ton corps ?

Compare tes réponses avec un ami ou un adulte.

- Qu'est-ce qui est pareil ?
- Qu'est ce qui est différent ?

