

CARTES DE L'INTROSPECTION



FAIRE  
CONNAISSANCE AVEC SOI MEME

## Cartes de l'introspection

MERCI



JE T'AI ME !

## Cartes de l'introspection

MERCI



JE T'AIME !

## Cartes de l'introspection

MERCI



JE T'AIME !

## Cartes de l'introspection

MERCI



JE T'AIME !

## Cartes de l'introspection

MERCI



JE T'AIME !

## Cartes de l'introspection

MERCI



JE T'AIME !

## Cartes de l'introspection

MERCI

QUEL EST TON LIVRE PRÉFÉRÉ ?



JE T'AIME !



## Cartes de l'introspection

MERCI



JE T'AIME !

## Cartes de l'introspection

MERCI



JE T'AIME !

## Cartes de l'introspection

MERCI

QUEL PLAT AIMES TU MANGER ?



JE T'AIME !

## Cartes de l'introspection

MERCI



JE T'AIME !

## Cartes de l'introspection

MERCI



JE T'AIME !

## Cartes de l'introspection

MERCI

SI TU ÉTAIS UN ARBRE LEQUEL SERAIS TU ?



JE T'AIME !

## Cartes de l'introspection

MERCI

SI TU ÉTAIS UNE FLEUR LAQUELLE SERAIS TU ?



JE T'AIME !

## Cartes de l'introspection

MERCI



JE T'AIME !



## Cartes de l'introspection

MERCI



JE T'AIME !

## Cartes de l'introspection

MERCI



JE T'AIME !

## Cartes de l'introspection

MERCI



JE T'AIME !

MERCI

**ACTIVITE**



Commencer à tenir  
un journal intime



JE T'AIME !

MERCI

**ACTIVITE**



Pratiquer la pleine  
conscience



JE T'AIME !

MERCI

## ACTIVITE



Se faire aider en consultant un thérapeute



JE T'AIME !

MERCI

### ACTIVITE



Créer : bricolage,  
couture, écriture,  
poterie, dessins etc



JE T'AIME !

MERCI

## ACTIVITE



Expérimenter, essayer  
une nouvelle activité



JE T'AIME !