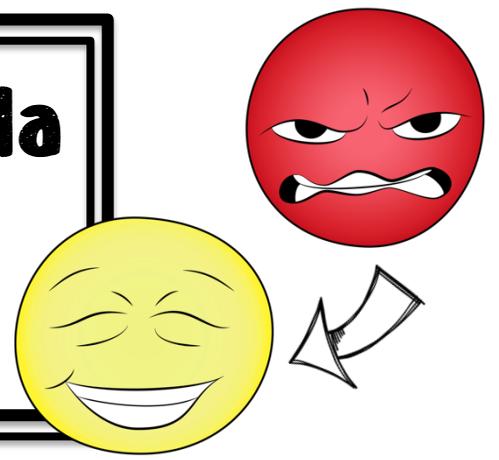


Lorsque je rencontre la **COLÈRE** ...



■ Aller dans un coin calme



■ Prendre une pause



■ Prendre des respirations



■ Souffler sur mes
chandelles (doigts)



■ Se changer les idées



■ Prendre une marche



■ Coucher ma tête sur
mon bureau



■ Lire ou dessiner

