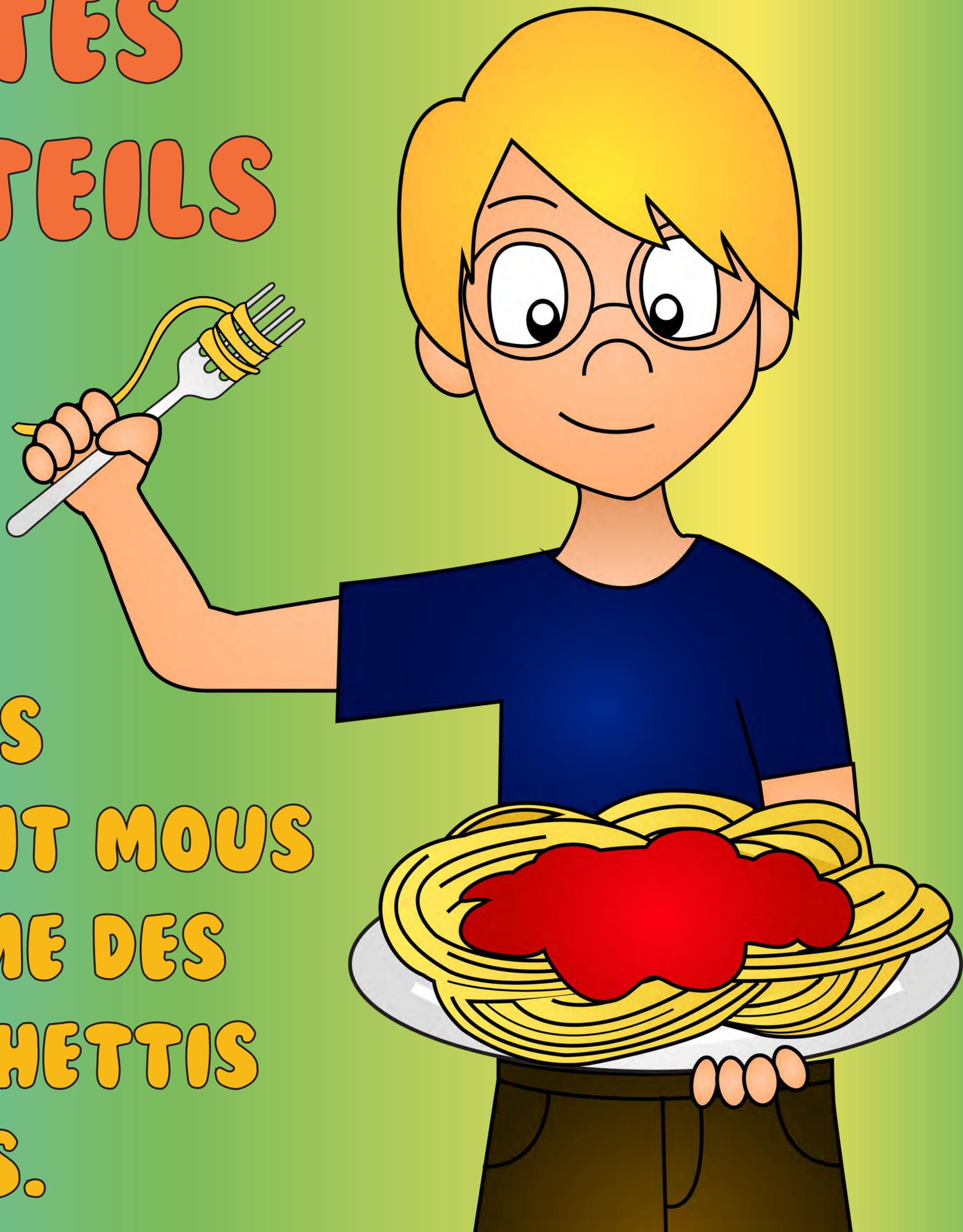


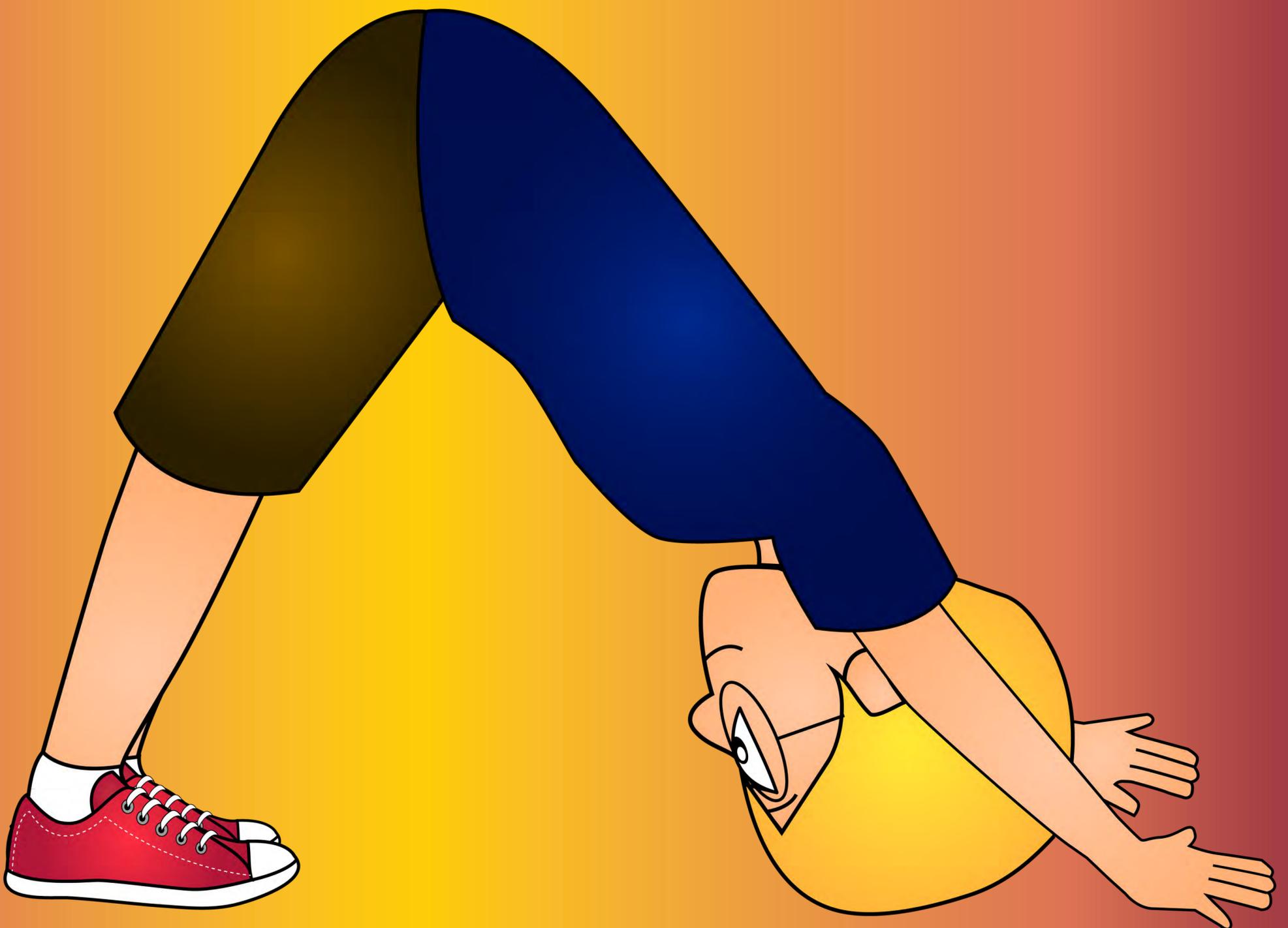
**AGITE
TES DOIGTS
ET TES
ORTEILS**

**POUR
QU'ILS
SOIENT MOUS
COMME DES
SPAGHETTIS
CUITS.**



ARRONDIS TON DOS COMME UN CHAT.

Sais-tu que cela peut t'aider
à te calmer?



INSPIRE

et gonfle ton ventre.

EXPIRE

et dégonfle ton ventre.





**FERME LES YEUX
ET VISITE TON
ENDROIT SPÉCIAL.**

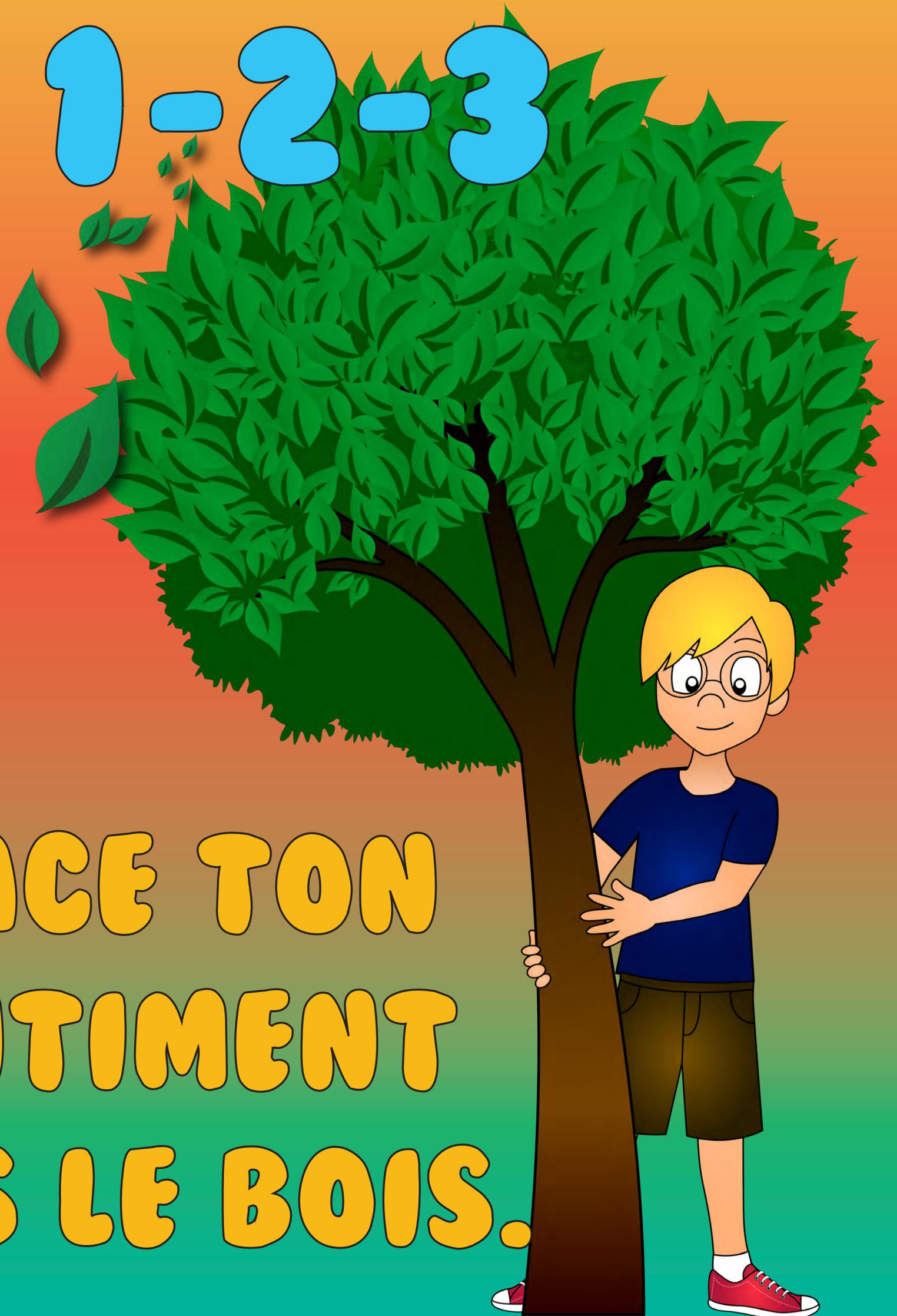
Où es-tu?

QUELS
TRÉSORS
AS-TU
TROUVÉS
AUJOURD'HUI?



UMBALAKIKI

1-2-3

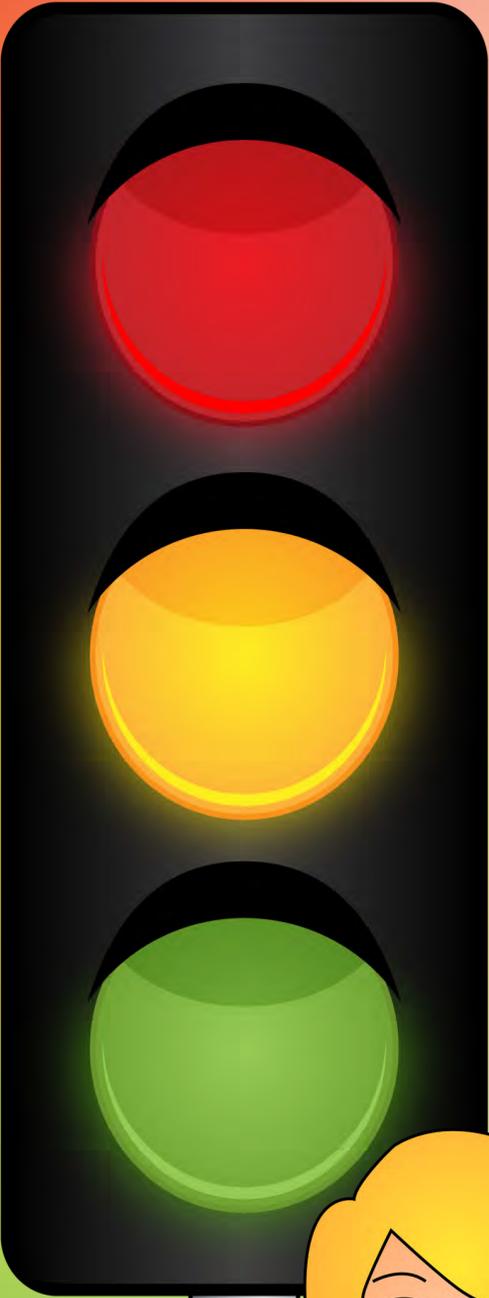


PLACE TON
SENTIMENT
DANS LE BOIS.

APPUIE TES
MAINS SUR TON
NOMBRIIL POUR
ACTIVER TON
POUVOIR!

Tu as le pouvoir
de changer de canal.





ARRÊTE!

Quel est ton sentiment?
Pourquoi te sens-tu ainsi?

RÉFLÉCHIS!

Pense à la meilleure façon
de réagir à ce sentiment.



VAS-Y!

Fais-le!



Je partage
les jouets.

Je fais rire
les autres.

J'aide les gens.

**QU'EST-CE QUI
FAIT DE TOI
UN(E) BON(NE) AMI(E)?**

TU ES

rigolo / fort / amical

COMME UN

nomme un animal



QU'ENTENDS-TU?



**PRENDS LE TEMPS DE BIEN
ÉCOUTER À TOUS LES JOURS.**

RÉPÈTE APRÈS MOI!!

**TAPE DES
MAINS!
SAUTE SUR
PLACE!
SIFFLE!**

