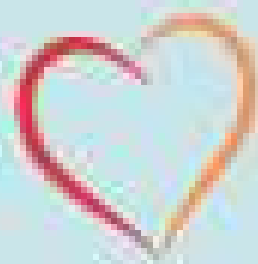


Renforcer le positif

Je me recentre sur mes
réussites



Je les visualise

Je les respire

pour les enregistrer et
les ancrer en moi