

PRENDRE SOIN DE SOI *au quotidien*



STÉPHANIE
DESLAURIERS
psychoéducatrice ◊ autrice ◊ formatrice



Mes 3 plus grandes
qualités sont...



STÉPHANIE
DESLAURIERS

psychoéducatrice ◊ autrice ◊ formatrice

AUJOURD'HUI,

je suis fière de moi parce que...



STÉPHANIE
DESLAURIERS

psychoéducatrice ◊ autrice ◊ formatrice

CE SOIR,

j'éprouve de la gratitude

pour...



STÉPHANIE
DESLAURIERS

psychoéducatrice ◊ autrice ◊ formatrice