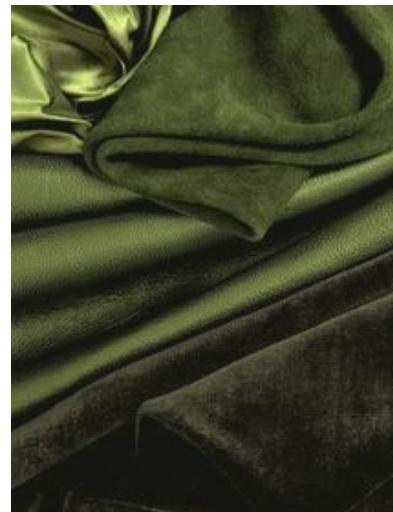




Je n'ai pas peur de la méchanceté des méchants,

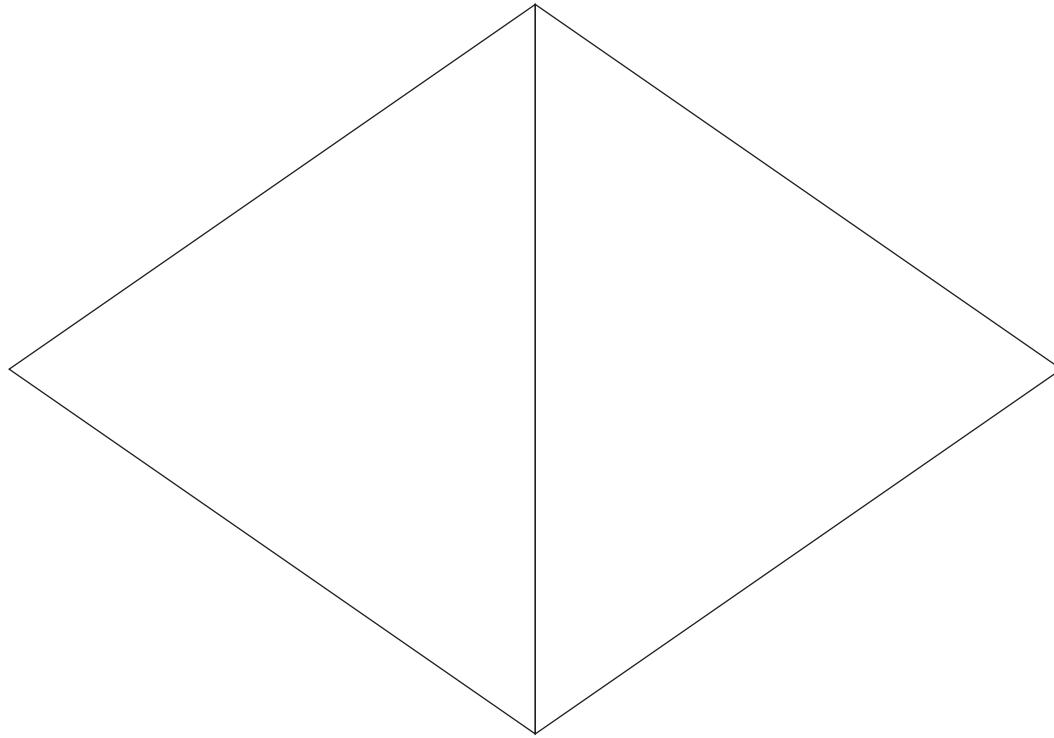
mais j'ai peur du silence des gentils.

Remplis cette page
de couleurs



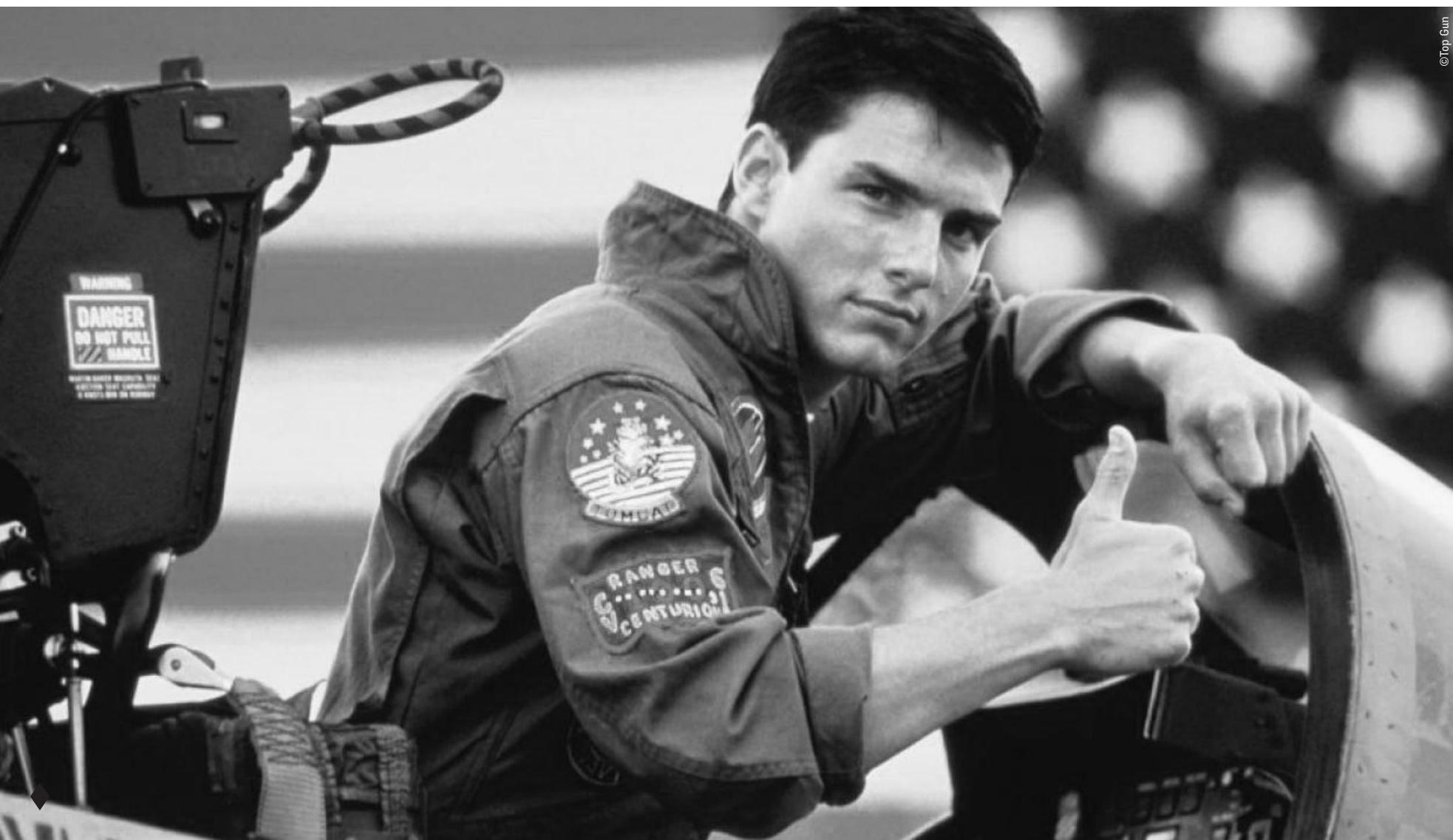
© Holly Hunt

Remplis cette page
de losanges



Remplis cette page
de mots

A M O U R





Montré

le temps qui passe



◆

Montré

**ce qu'il y a autour
de toi**

◆

Montre

**ce que tu voudrais
avoir autour de toi**

Penses-y chaque fois
que tu en a besoin



Dessine

**un vêtement qui
te réconforte**

Utilise cette page pour te
souvenir de l'atelier

Ma phrase courage

Utilise cette page pour te
souvenir de l'atelier

Ma maison

Utilise cette page pour te
souvenir de l'atelier

Mes super pouvoirs

Utilise cette page pour te
souvenir de l'atelier

Mon entourage

Penses-y chaque fois
que tu en a besoin

À nous l'ivresse,
l'ivresse de la vitesse !





Sur cette page, dessine toi

Avant

Sur cette page, dessine toi

Maintenant





Sur cette page, dessine toi
Après

Sur cette page, dessine toi
**comme tu
voudrais être**



Sur cette page, dessine toi
comme un animal





Fais une liste de mots

**qui te font te
sentir bien**

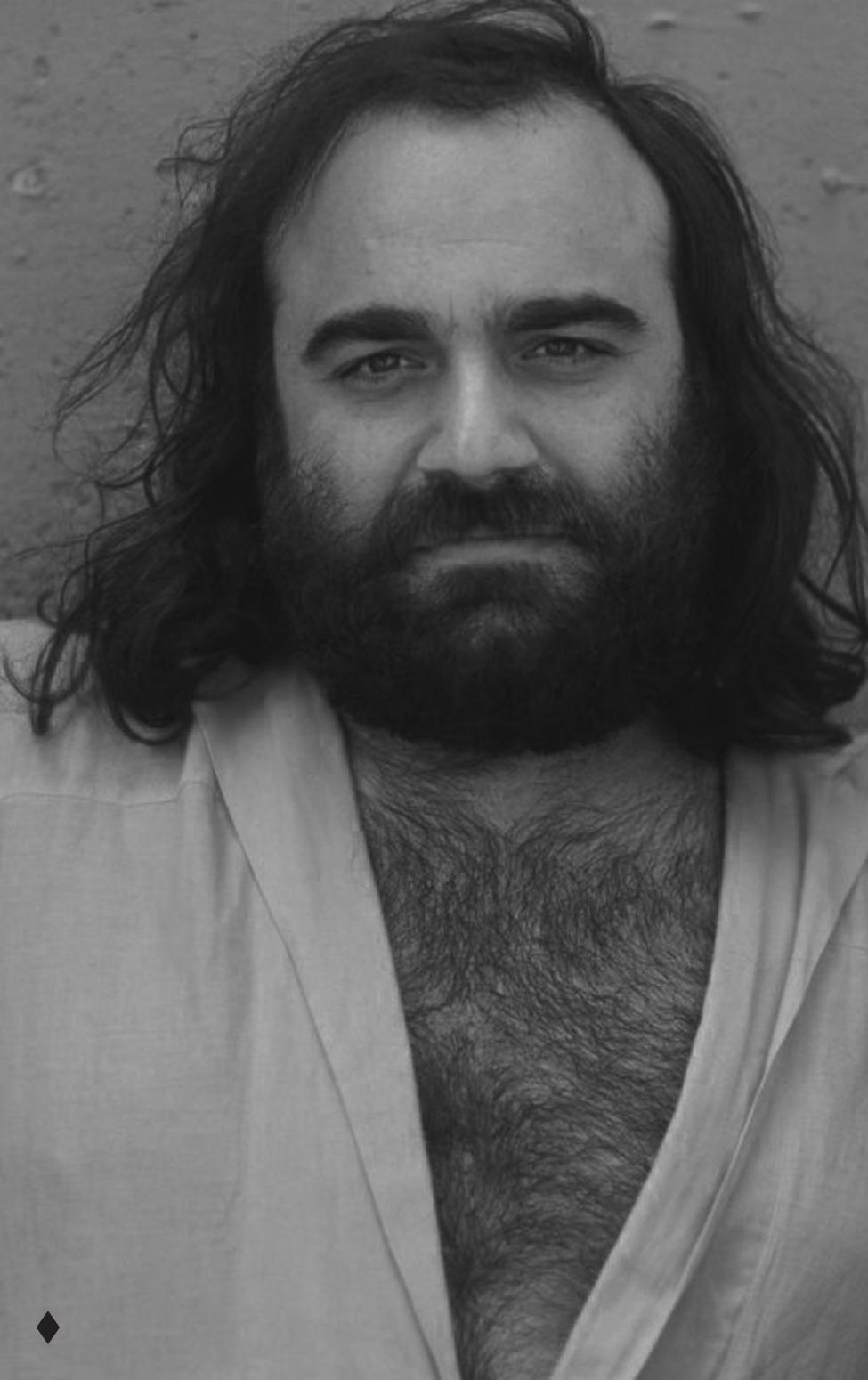
Et joue avec la typographie



Fais une liste de phrases

**qui te font te
sentir bien**

Et joue avec la typographie



©William KAREL/Gamma-Rapho via Getty Images

S'il faut mourir un jour
Je veux que tu sois là
Car c'est ton amour
Qui m'aidera à m'en aller vers
l'au-delà

Alors je partirai,
Sans peur et sans regret
Et dans mon délire, je revivrai
toute une vie de souvenirs

Pour traverser le miroir,
Je ne veux que ton regard
Pour mon voyage sans retour
Mourir auprès de mon amour
Et m'endormir sur ton sourire

Le temps qui nous poursuit
Ne peut nous séparer
Même après la vie
Nos joies passées vont nous
unir à l'infini
Pour m'enfoncer dans la nuit
Et renoncer à la vie
Je veux dans tes bras
qui m'entourent
Mourir auprès de mon amour
Et m'endormir sur ton sourire

Pour traverser le miroir
Je ne veux que ton regard
Pour mon voyage sans retour
Mourir auprès de mon amour
Et m'endormir sur ton sourire.

Fais une liste de
tes qualités



Fais une liste de
tes fragilités



Utilise ces deux listes
pour te représenter



Utilise cette page
**pour représenter qui
tu voudrais être**



Ecris sur cette page

**tes petites victoires
de la journée**

Réfléchis à comment elles
peuvent t'aider à rassembler
**qui tu es,
et qui tu veux être**

J'aime être un esprit libre.

Certains n'aiment pas ça, mais
c'est comme ça que je suis.



©Tim Graham/Getty Images

Utilise cette page
**pour en faire ce
que tu veux**



