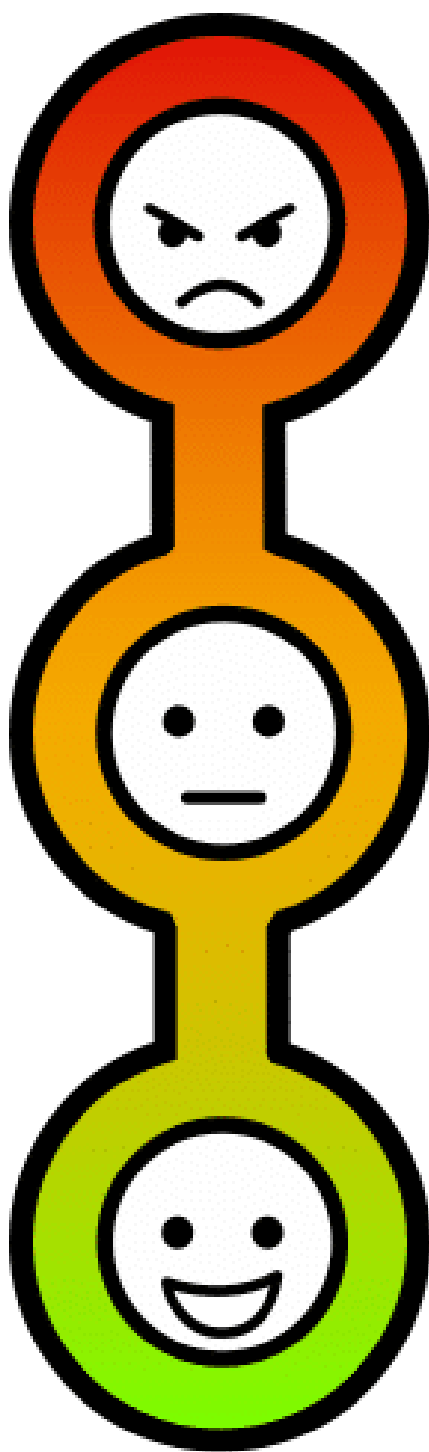
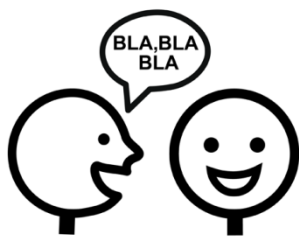


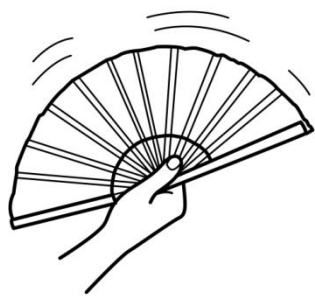
Lorsque je suis en colère...



Je peux ...



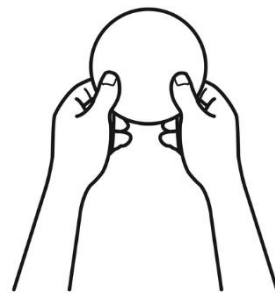
Parler à quelqu'un



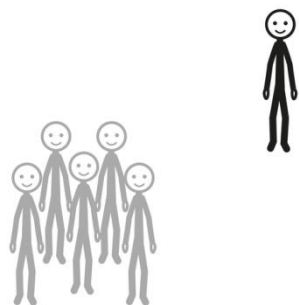
Faire de l'air avec un éventail



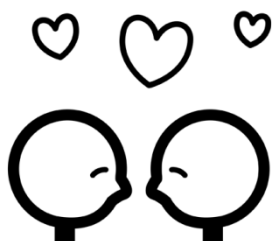
Demander de l'aide à quelqu'un



Malaxer une balle anti stress



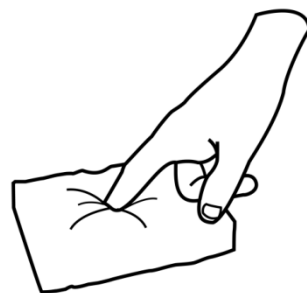
Demander à s'isoler du groupe



Penser à quelqu'un qui m'aime



Boire un verre d'eau



Toucher une matière douce



Chanter



Caresser un animal



Fermer les yeux



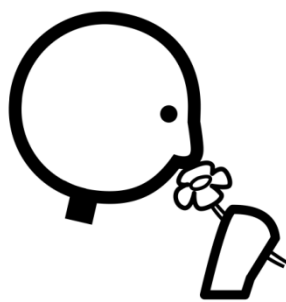
Danser



Se reposer



Faire un dessin



Sentir une odeur que j'aime



Dormir



Colorier un dessin



Marcher



Respirer profondément



Porter un casque anti bruit

Parler à quelqu'un	Faire de l'air avec un éventail	Demander de l'aide à quelqu'un	Malaxer une balle anti stress
Demander à s'isoler du groupe	Penser à quelqu'un qui m'aime	Boire un verre d'eau	Toucher une matière douce
Chanter	Caresser un animal	Fermer les yeux	Danser
Se reposer	Faire un dessin	Sentir une odeur que j'aime	Dormir
Colorier un dessin	Marcher	Respirer profondément	Porter un casque anti bruit