

LA SANTÉ MENTALE

**C'EST UN ÉQUILIBRE ENTRE LES DIVERSES
SPHÈRES DE LA VIE.**

C'EST...

**SE SENTIR BIEN ET
EN SÉCURITÉ
MALGRÉ LES
CHANGEMENTS**

**CRÉER DES
LIENS ET SE
SENTIR AIMÉ**

**RECONNAÎTRE
SES ÉMOTIONS
ET EN PARLER**

**CROIRE EN SOI
ET SE FAIRE
CONFIANCE**

**POUVOIR
RÉSOUTDRE SES
PROBLÈMES**



@nadiafortin.com