

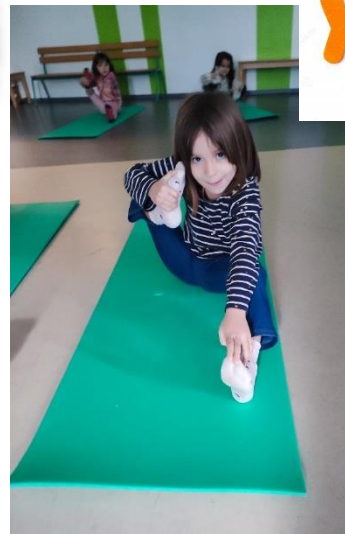
# Les émotions en couleurs ...

## LA SERENITE

Comment nous aider à nous sentir bien ???



Détente et massages



# YOGA



Peinture au coton « tout en caresses »

## LA COLERE

Comment nous aider à décharger notre colère ???



Taper des poings, des pieds sur un matelas, se rouler au sol ...



Gribouiller, griffer de la peinture, déchirer...

