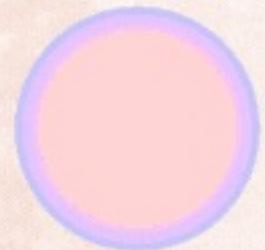


Rituel apaisant du soir

Câlin



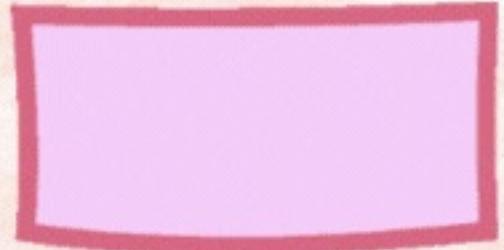
Attention à la respiration
(je compte mes respirations
en inspirant et expirant par le ventre)



Liste de mes 3 bonheurs du jour



Montrer son amour
("je t'aime fort")



Ecouter une histoire



Bonne nuit