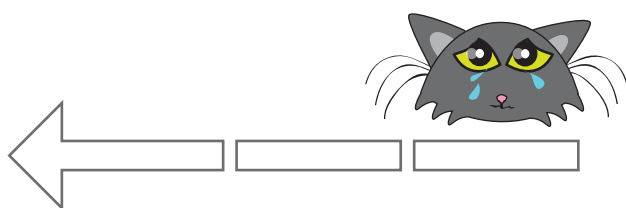
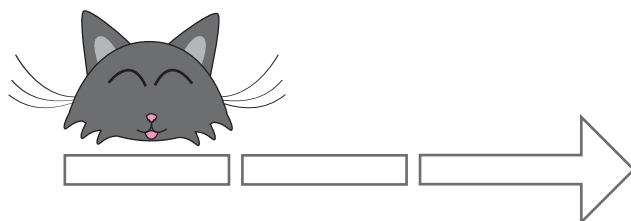


Le chemin du bonheur



Dans la vie, on est parfois heureux et parfois malheureux. On ne s'en rend pas toujours compte, mais on peut avoir des façons de penser qui nous rendent plus tristes, sans qu'il y ait de bonnes raisons.



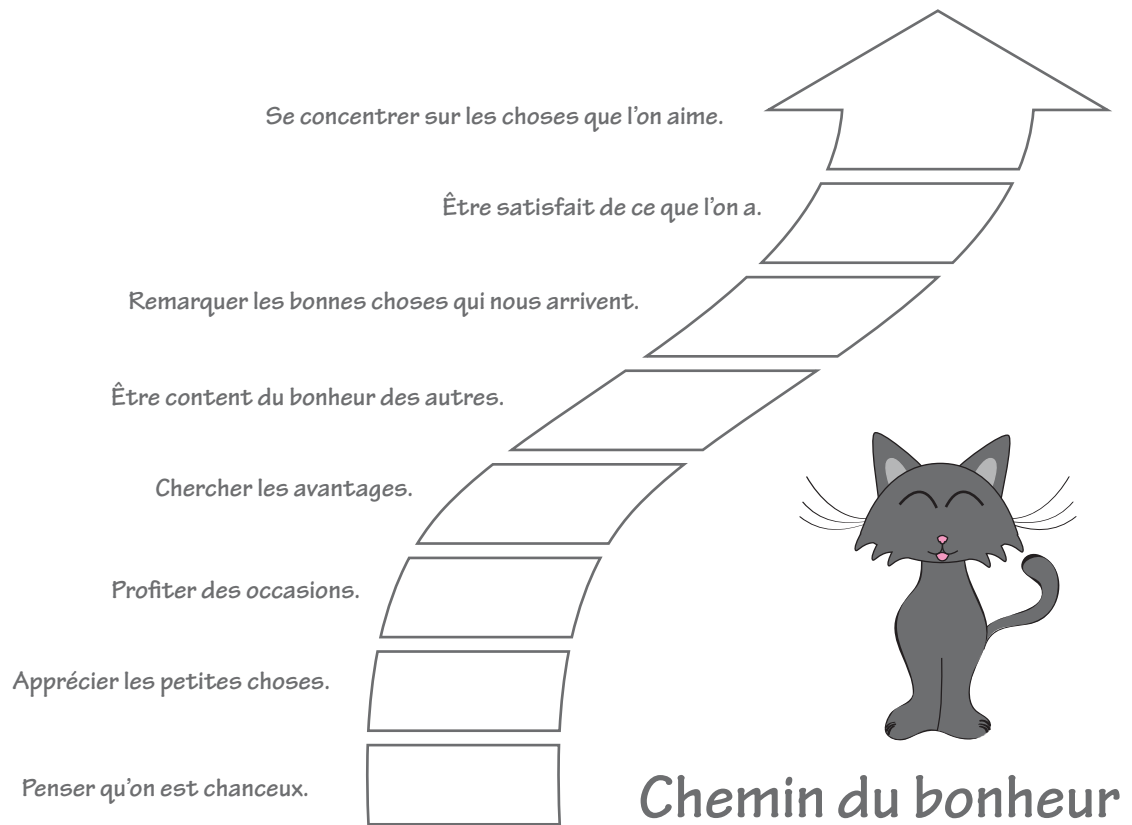
Par chance, il y a aussi des façons de penser qui nous rendent plus heureux. Si on y porte attention, on peut plus facilement vivre du bonheur.



Si tu as envie d'être plus heureux(se), regarde à la page suivante. La page te montre deux chemins. À chaque jour, si tu essaies de faire les choses écrites dans le chemin du bonheur et éviter celles du chemin de la tristesse, tu es sur la bonne voie. La page est un exemple que tu peux prendre, mais il existe d'autres gestes qui peuvent les remplacer. Si tu le veux, tu peux imprimer la dernière page et remplir ton propre chemin à l'aide de la personne qui t'accompagne.

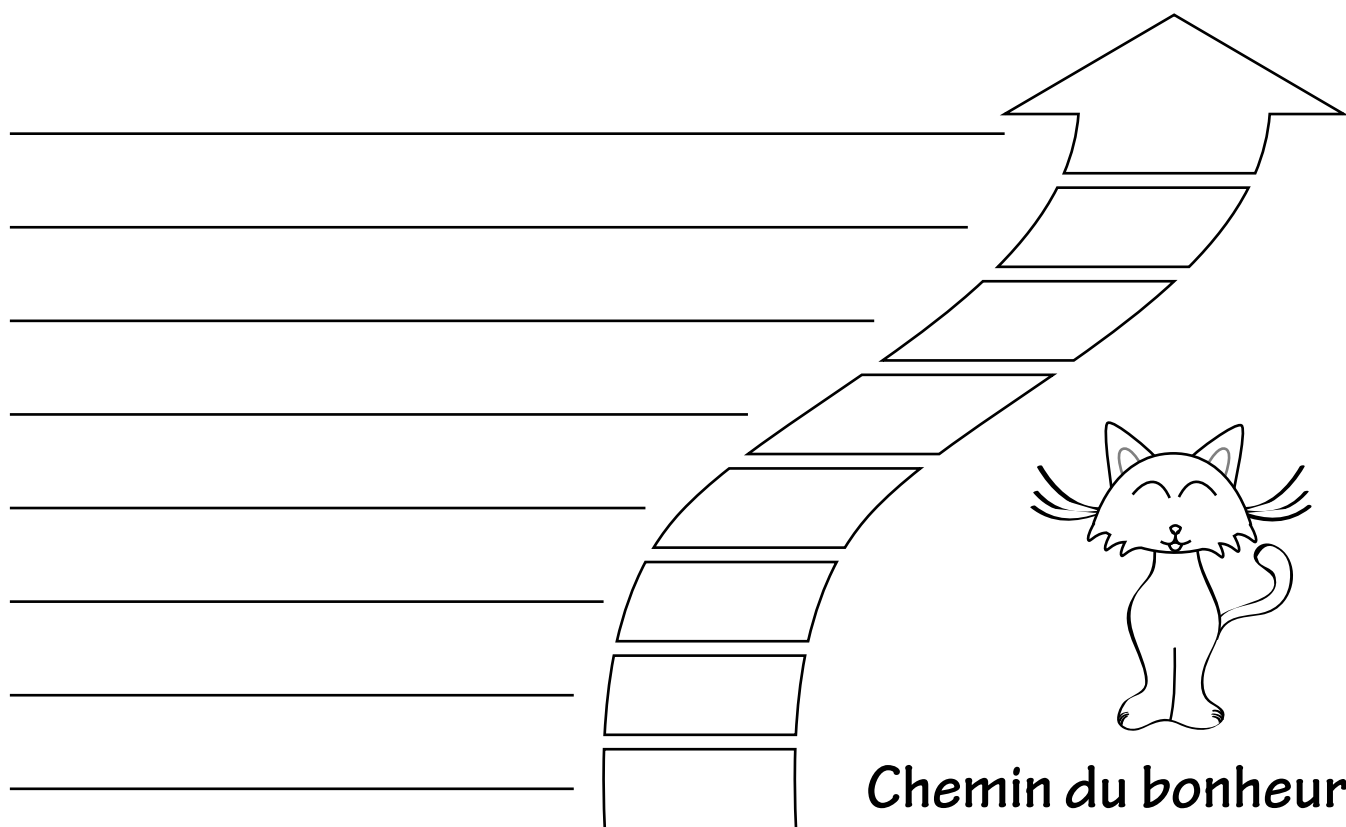
Bonne chance!





Chemin de la tristesse





Chemin de la tristesse

