

# TROIS CHOSES POSITIVES

DATE

Pensez à trois moments distincts de votre journée qui ont suscité des émotions et des sentiments positifs, et notez-les ci-dessous.



*Aujourd'hui, j'ai aimé...*

1

---

2

---

3

---

---

---

*Aujourd'hui, j'ai aimé...*

1

---

2

---

3

---

---

---

*Aujourd'hui, j'ai aimé...*

1

---

2

---

3

---

---

---