



30



**FORT COMME UN ROC**  
As-tu remarqué comme parfois les émotions peuvent nous submerger et que l'on se sent dépassé par la situation ?  
Tes émotions ne sont que de passage. Tu n'es pas tes émotions. Tu as toute la force en toi pour les gérer.

AURÉLIA LANSON-VILLAT & HÉLÈNE WALTER  
ILLUSTRATIONS DE GENEVIÈVE GAUCKLER

Les Trésors de  
**Bilibloo**  
POUR MÉDITER ET S'AMUSER !

JE ME SENS  
APAISÉ ET  
EN CONFIANCE.

