

Petit questionnement pour mieux vous connaître

Quelle est votre passion ?

Écrivez votre réponse

Que faites vous de votre temps libre ?

Écrivez votre réponse

Que faites vous quand tu es triste

Écrivez votre réponse

Quelle est votre âge ?

Écrivez votre réponse

Quelle est votre sexe?

Écrivez votre réponse

Qui est votre idole ?

Écrivez votre réponse

Quelle est votre sport préféré ?

Écrivez votre réponse

Quel est votre humeur

Content



Fou rire



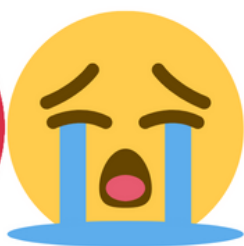
Neutre



Faché



Triste



Anxieux



Content



lire un
Roman/BD/Manga

Faire une sieste

Aller jouer au parc

Texter ses amis

Faire un devoir

Rendre un service a ses
parents

Jouer a un jeux de société

Fou rire



Prendre de grande respiration (Pour éviter de mourir)

Attendre et rerire avec se même

<https://youtu.be/WAs7hTr0I80>

Utilisez cette énergie pour une autre activité

Sport

Devoir

Objectif

Neutre



Ecouter ces
MEME

[https://youtu.be/
XfqOB4hvxly](https://youtu.be/XfqOB4hvxly)

Parlez a ces
amis/famille

[https://youtu.be/
uR4g9ybkT38](https://youtu.be/uR4g9ybkT38)

écouter un film
ou serie

[https://youtu.be/
XfqOB4hvxly](https://youtu.be/XfqOB4hvxly)



Faché

Lire un livre

Écouter de la
music

Prendre une
marche

<https://www.youtube.com/live/zuCRSwWssVk?feature=share>

<https://youtu.be/GrG2-oX5z24>

Se défouler sur





Triste

passer du temps
avec un animal
domestique

serrer un oreiller
ou un toutou

Dessiner ce que tu
ressend



Anxieux

Faire du yoga

Méditer

Boire des infusions
de camomille

Eloignez-vous
des réseaux
sociaux

Respirer correctement