

4

T'ES CHILL...

T'ES NICE...

T'ES HOT...

T'ES COOL...

T'ES FORMIDABLE...

JEUNES

exercice

## LE SAIS-TU?

Il y a des jours où on ne se sent pas à la hauteur. Des matins où on ne file pas. Des soirs où on doute. Dans ces moments-là, on oublie nos qualités, on néglige nos réussites, on se sous-estime. Doit-on toujours être au *top* pour être considéréE comme *hot*?



### Christelle Vachon

J'me sens vraiment poche aujourd'hui. J'suis nuuulllllle :( :( :(

J'aime · Commenter · Partager · il y a 14 minutes, à proximité de Québec



**Maria Larivière** Ben non, ma chouette, t'es géniale car t'es toujours là pour moi! T'es quelqu'un sur qui on peut compter! Appelle-moi si tu files pas :-)

il y a 10 minutes via mobile · J'aime · ♡1



**Laurent Vézina** T'es tellement généreuse! Lâche pas Cricri!!

il y a 6 minutes · J'aime · ♡1



**Alicia Malabotta** Ayoye :- ( Arrête, t'es une fille super! Avec des idées originales et de l'enthousiasme pour tout! Moi j'adore quand on se retrouve pour jaser autour d'un bon chocolat chaud :- ) T'es libre samedi? xxx

il y a 6 minutes · J'aime



**Pat Robin** Cricri! On t'aimeuuuuuuuu! T'es cool, le sais-tu?

il y a 5 minutes · J'aime · ♡5



**Christelle Vachon** Merciiiiii les amis :- ) Et toi, es-tu capable d'écrire trois raisons pour lesquelles les gens autour de toi t'apprécient?

il y a environ une minute · J'aime · ♡5



Ton commentaire...

## LES P'TITS SECRETS 秘密

exercice

On aime souvent montrer une certaine image de soi aux autres, une image qui se rapproche de la perfection (ou plutôt de l'idée qu'on s'en fait). Pourtant, nous aimons tous en secret des petites choses qui nous font du bien, mais que nous cachons pour ne pas faire rire de soi : dormir avec ses toutous, écouter *Dora* et *Toc toc toc*, jouer à Pokémon, regarder l'émission de filles *Glee*, faire des faces devant son miroir pour imiter Rachid Badouri, s'amuser avec sa petite sœur plutôt qu'aller jouer aux jeux vidéo avec ses chums... C'est bon d'avoir un jardin secret. Pas la peine de le crier sur tous les toits, l'essentiel c'est de ne pas l'oublier puisqu'il nous fait du bien.

**Et toi, il y a-t-il des choses que tu fais et que tu n'avoues pas à tes amiEs par peur de te faire niaiser?**

**Pourquoi est-ce important pour toi de conserver ton jardin secret?**