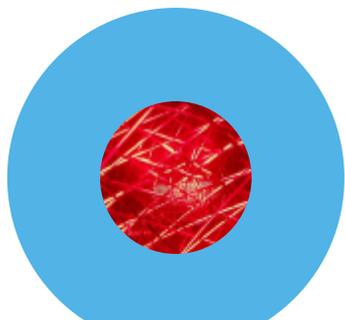


Stop, Réfléchis, Agis

STOP



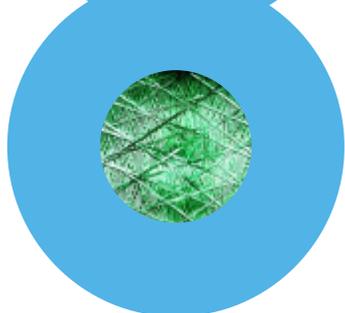
Arrête toi
Respire profondément
Observe avec un peu de hauteur

RÉFLÉCHIS



Identifie le problème
Pense a toutes les options et solutions
et à leurs conséquences respectives

AGIS



Choisis la meilleure option
Élabore ton plan d'action
Engage ton corps, tes pensées, émotions et soutiens