

LE DÉFI DU CHANGEMENT

RENFORCEZ LA RÉSILIENCE



Trouvez votre raison d'être.

Partagez votre passion avec les autres.

Identifiez la possibilité.

Cherchez un sens et appréciez le nouveau départ.

Pratiquez la gratitude et la gentillesse.

Soyez reconnaissants du présent et donnez au suivant.

Faire preuve de douceur à votre égard.

Prenez soin de soi-même avec compassion.

Créez le bonheur.

Priorisez vous-même.