

# BIEN-ÊTRE AFFECTIF

LA PROSPÉRITÉ INTERNE



**Investissez dans vous-même.**  
Privilégier le soin de soi-même.

**Fixez des objectifs INTELLIGENTS.**  
Visez ce qui vous rend plus sain et plus heureux.

**Créer un état d'esprit fondé  
sur sa propre prospérité.**  
Choisissez des pensées positives.

**Donnez-vous un coup de pouce.**  
Mangez sainement, dormez bien,  
bougez plus.

**Pratiquez la gratitude.**  
Appréciez ce que vous avez  
et attirez plus de plaisir.