

# Relire sa journée avec ses 5 doigts

Un exemple :  
Une tâche qui nous coûte  
spécialement.

*S'il te plaît*

*Je t'offre*

Un exemple :  
Un renoncement.

*Pardon*

Un exemple :  
Un comportement  
mal ajusté  
avec un proche.

*Je t'aime*

*Merci*

Un exemple :  
Quelque chose  
dans notre journée  
qui s'est bien passé.

