

DESSIN *Défonlez-vous !*

Aïe ! Il va en falloir du papier on dirait...

*Réalisez
aussi ce petit bocal
dans la vraie vie.*

Dès que quelque chose vous énerve, soufflez, et écrivez-le sur un papier. Plus tard, ouvrez ensemble le bocal et lisez à haute voix (ou pas) vos trouvailles.

Vous verrez, vous en rigolerez et surtout, ça aide à prendre du recul !

*J'ai le droit de dire
des gros mots
bs%#!# de m*!#!*

*Je veux coucher
mes enfants à 16h*

*Que tout le monde
me lâche ou
je HURLE !*

*J'en ai marre
de tout faire bordel !*

*J'ai PAS envie
de jouer avec eux*

