

## Avec qui partager ce que je suis

Qui, dans mon entourage, serait à l'écoute si je décidais de m'ouvrir et de partager ?

Comment me faire davantage confiance et m'affirmer un peu plus chaque jour ?

Qu'est-ce qui m'a empêché de le faire jusqu'à présent ?

Comment créer un espace ou un moment où je me sentirai assez détendu(e) pour partager ?

À qui puis-je faire confiance ?

Il est temps de rencontrer ma tribu !