

**LA NOUVEAUTÉ EST  
SOUVENT SOURCE DE STRESS ...  
SURTOUT SI ON JUGE QU'ON N'A PAS  
LA CAPACITÉ D'Y FAIRE FACE.**



Hélène Fortin Lachance, psychoéducatrice



OK j'en ai 12! Mais s'ils  
éclataient tous? Et si je  
tombait sur une lame de  
rasoir? Et si la princesse  
Sisi riait de moi?

**ON PEUT AVOIR  
L'IMPRESSION DE SE  
LANCER DANS LE VIDE...**

Hélène Fortin Lachance, psychoéducatrice

**MAIS SE LANCER, ÇA  
PEUT AUSSI ÊTRE  
FANTASTIQUE!**



Hélène Fortin Lachance, psychoéducatrice