

**LÂCHER PRISE,
C'EST AUSSI
ÊTRE EN
CONTRÔLE.**



**TU TE SENS
STRESSÉ.E ?
TU ES
NORMAL.E !**



RAP 
Côte-Nord

Réussite - Accomplissement - Persévérance

ARRÊTE-TOI.
PRENDS
5 GRANDES
RESPIRATIONS.

