

10 DROITS

QUE TU PEUX T'ACCORDER

1. J'ai le droit de ne pas être en forme tous les jours.



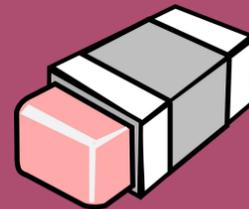
2. J'ai le droit de ne pas faire quelque chose dont je n'ai pas envie et de suivre mes émotions et mes besoins.

3. J'ai le droit de dire "Je le ferai plus tard" quand je suis fatigué.e.



4. Je le droit de demander de l'aide.

5. J'ai le droit de ne pas être parfait.e.



6. J'ai le droit de faire des erreurs.

7. J'ai le droit de demander des précisions si je n'ai pas compris.



8. J'ai le droit de ne pas être d'accord, même si je suis le/la seul.e, et d'exprimer ce désaccord !

9. J'ai le droit de demander, de donner, d'accepter, de refuser.



10. J'ai le droit d'être en colère quand mon intégrité est attaquée.