

Ce que je sais  
faire, ce que j'ai  
appris

Je peux



Mes forces et  
mes qualités



Je suis



J'aime

Mes ressources  
pour surmonter les  
difficultés et  
rebondir

Les activités  
que j'aime bien  
pratiquer.



Le modèle qui  
m'inspire

Les personnes qui  
peuvent m'aider

J'ai

