

# Les **10** COMMANDEMENTS

d'un anim' bien dans ses baskets



- 1** Du temps pour toi, tu prendras
- 2** Vie pro et vie perso, tu sépareras
- 3** De la distance avec les événements, tu prendras
- 4** De tout l'amour qu'on te donne, tu seras reconnaissant.e
- 5** A la pédagogie positive, tu te formeras
- 6** Dans la bienveillance, tu travailleras
- 7** Avec ton équipe, tu communiqueras
- 8** Tes émotions et tes besoins, tu écouteras
- 9** Sur ce que tu ne peux contrôler, tu lâcheras prise
- 10** 3 choses positives par jour, tu noteras