

30

PENSÉES
POUR
S'AIMER
PLUS

Fortes®

Je m'aime

J'aime mon corps

J'aime mes défauts,
car ils me rendent unique

Je peux réaliser
tout ce que je veux

Je suis aimée

Je ne dois pas en faire
plus pour plaire

Je suis belle

Je suis intelligente

Je suis douée

Je suis
une bonne personne

Je suis forte

Je suis puissante

Je suis
ma meilleure amie

Je suis confiante

Je crois en moi

Je mérite le bonheur

Je mérite le respect

Je mérite l'Amour

J'ai le droit de faire
des erreurs

Je mérite qu'on me
donne du temps

Je mérite
des belles choses

Je mérite
de nouvelles choses

Je mérite
de bien dormir

Je suis capable

Je suis courageuse

Je mérite des relations
heureuses et aimantes

Je mérite d'être une priorité
dans ma propre vie

Je mérite d'être employée
et payée pour mon temps

J'ai le pouvoir de créer
le changement

Je m'accepte
telle que je suis