

# Si

**tu as besoin de paix**  
**Chemine vers elle - en toi**  
**8 signalisations peuvent t'aider**

Compte jusqu'à 10 avant de réagir

Attention à tes réactions

Ne prends pas des décisions durant le problème

Prends une initiative de paix une fois par jour

Respecte la vie en toi et celle des autres

Propose tes idées et accueille celles des autres

Sois discret

Travaille sur toi-même

