

LE CALENDRIER DE L'AVENT POUR PRENDRE SOIN DE SOI

*23 décembre*



23 MOTS DOUX POUR VOUS



Aujourd'hui, je vous invite à écrire 23 choses que vous appréciez d'entendre, que vous aimez qu'on vous dise. Il peut s'agir de compliments, de jolies phrases, de mots qui vous font chaud au cœur ou qui vous font sourire.

Écrivez-les sur des petits bouts de papier que vous mettrez dans un bocal. Posez ce bocal sur votre bureau, votre table de chevet, une étagère.

Et à chaque fois que vous ressentirez le besoin d'entendre un mot doux, vous pourrez en piocher un au hasard.

*Joyeux samedi !*