



L'astuce de Max & Léa

# 3 CONSEILS POUR DÉSAMORCER UN CONFLIT LIÉ AU QUOTIDIEN

1

RÉFLÉCHISSEZ  
À LA RAISON  
DE VOTRE  
ÉNERVEMENT

3

DÉDRAMATISEZ

"ÇA N'EST PAS  
SI GRAVE !"



TROUVEZ  
ENSEMBLE  
DES SOLUTIONS  
POUR AMÉLIORER  
VOTRE QUOTIDIEN



2

