

## PERSONNES DE CONFIANCE

La confiance en soi se construit grâce aux gens qui nous aiment et nous respectent. Les relations encourageantes permettent de **s'affirmer**, de **bâtir une confiance** en ses capacités. Ces personnes représentent également des personnes de confiance, à qui tu pourras **te confier** en cas de souci, d'incertitude.

Même si tu peux parler à tes camarades, ton doudou ou ton chien et que cela fait du bien, il est important d'identifier des personnes adultes de confiance pour te permettre de régler un problème.



Tu peux noter ou dessiner ces personnes-là sur les photos ci-dessous. S'il te manque de la place, continue sur la page suivante.



