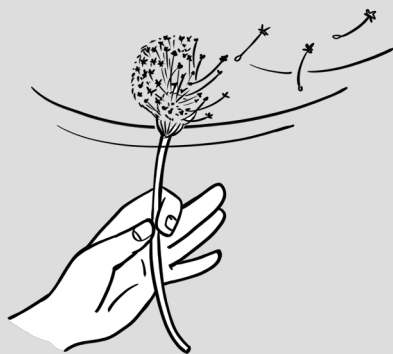
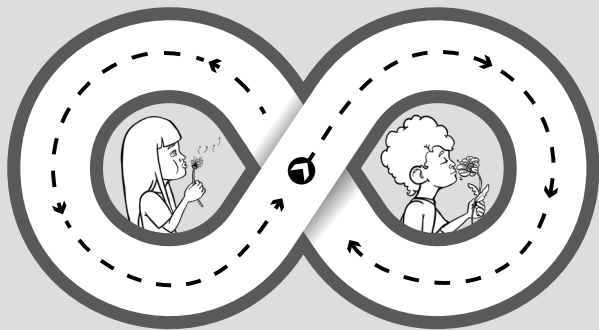


Les moyens pour se calmer avec Monsieur Ducalme

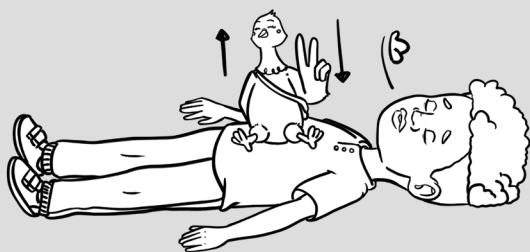
Mes respirations



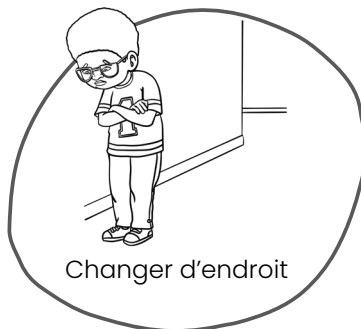
Souffler un pissenlit



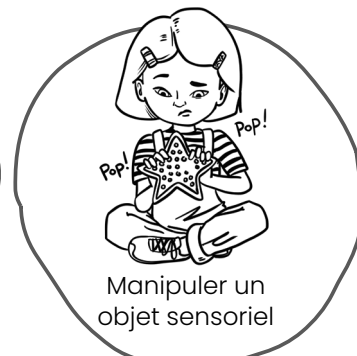
Suivre la piste



Inspirer et expirer allongé



Changer d'endroit



Manipuler un objet sensoriel



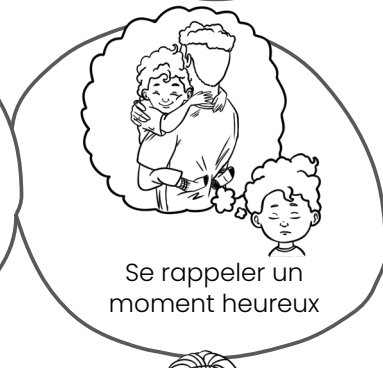
S'éloigner de la source



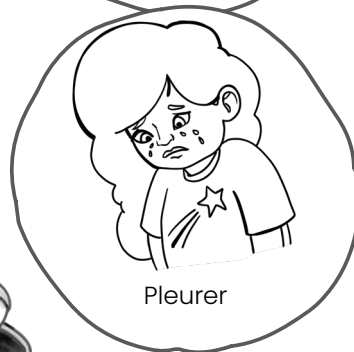
Regarder un livre avec des images que l'on aime



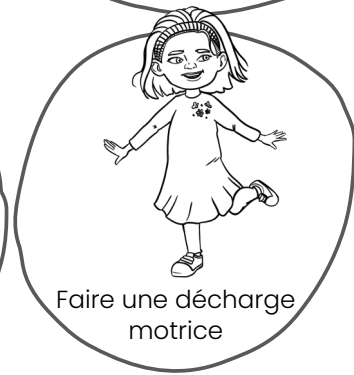
Porter des coquilles sur ses oreilles



Se rappeler un moment heureux



Pleurer



Faire une décharge motrice

