

EXERCICE D'AIDE AU CHOIX

PHRASES À COMPLÉTER

Cet exercice s'adresse aux femmes enceintes*. Écris spontanément ce qui te passe par la tête à partir des phrases suivantes. Tu peux répondre sur d'autres feuilles si tu manques d'espace.



*J'OPTÉ POUR LA GARDE ET JE...

*J'OPTÉ POUR L'AVORTEMENT ET JE...

*J'OPTÉ POUR L'ADOPTION ET JE...

*JE RÊVE DE...

*JE ME SENS PRÊTE À...

Si tu as besoin de parler, nous sommes là pour toi!
819-822-1181 / 1-877-822-1181 ; info@SosGrossesseEstrie.qc.ca.

SOS
grossesse
— estrie —

*L'usage du féminin dans ce texte inclut toute personne vivant la grossesse dans son corps, sans regard à son identité de genre.

EXERCICE D'AIDE AU CHOIX (suite)

PHRASES À COMPLÉTER

Si tu le souhaites, tu peux poursuivre l'exercice.
Tu peux répondre sur d'autres feuilles si tu manques d'espace.



*J'AI LE GOÛT DE...

*AUJOURD'HUI, JE VEUX...

*MES PROJETS DE VIE SONT...

*J'AI PEUR DE...

Si tu as besoin de parler, nous sommes là pour toi!
819-822-1181 / 1-877-822-1181 ; info@SosGrossesseEstrie.qc.ca.

*L'usage du féminin dans ce texte inclut toute personne vivant la grossesse dans son corps, sans regard à son identité de genre.

SOS
grossesse
— estrie —

EXERCICE D'AIDE AU CHOIX (suite)

PHRASES À COMPLÉTER

Si tu le souhaites, tu peux poursuivre l'exercice.
Tu peux répondre sur d'autres feuilles si tu manques d'espace.



*J'AI BESOIN DE...

*QUELLES INFORMATIONS VOUDRAIS-JE VÉRIFIER AVANT DE FAIRE
MON CHOIX? QUOI? ET AUPRÈS DE QUI?

*SUITE À L'EXERCICE, COMMENT JE ME SENS? EST-CE QUE MON
CHOIX EST PLUS CLAIR?

On peut mettre les feuilles de côté et les reprendre une autre journée.
Ça permet de laisser la poussière retomber, de prendre du recul
et de potentiellement éclaircir son choix.

Si ton ambivalence persiste, contacte-nous. Tu n'es pas seule.
(819-822-1181 / 1-877-822-1181 ; www.SosGrossesseEstrie.qc.ca)


SOS
grossesse
— estrie —