

Chez nous à Noël



Chacun donne un peu de son **temps**
ou de son **amour** aux autres. On
prend soin des uns et des autres.

On **cuisine** et on crée des
souvenirs **ensemble**. On respecte
le rythme de chacun. Les cadeaux
viennent du **cœur** : ce n'est pas
leur prix qui compte, mais
l'**intention**. On s'autorise des
moments à soi : un Noël parfait
inclut du repos et du **calme**. On
exprime sa **gratitude** : pour ce que
l'on a, les **souvenirs**, et les
moments **partages**. On vit l'instant
présent.

