



Vos Pauses Bonheur du mois de Mars :

- Jouir de la **belle lumière de l'hiver**, le matin dans la campagne.
- Faire la **connaissance d'une nouvelle personne**, intéressante et captivante.
- **Rire de tout**, et surtout de rien !
- **Changer d'air** au moins une journée ... au minimum en pensée à travers un bon livre.
- Décider de **changer un petit quelque chose** à votre routine quotidienne.
- Lâcher un peu de lest et **vous autoriser l'imperfection**.
- **Vous offrir une place de spectacle qui aura lieu dans quelques mois**.
- Vous entendre dire que **vous êtes jolie** et , accepter ce compliment.
- **Prendre le temps d'écouter de la musique** .
- **Enlever votre écharpe** pour la première fois depuis des mois.
- Ressentir **les prémices du Printemps** : le fond de l'air plus doux, la naissance des premiers bourgeons.
- **S'installer sur un banc public et observer la Vie, tout simplement**.
- **Chausser vos lunettes de soleil**, c'est déjà un bout du Printemps, vous ne trouvez pas ?

-

-

Amusez-vous à cocher au fur et à mesure, vos Pauses Bonheur !