

## Je ne peux pas contrôler



### Public

Adolescent  
Adulte  
Equipe éducative  
Professionnel

### Objectif(s)

Permettre de lâcher prise sur ce qu'on ne peut contrôler et se concentrer sur son pouvoir d'agir

### Description

Cette affiche a été réalisée et produite par l'Institut national de psychiatrie légale Philippe-Pinel, ce [visuel](#) nous aide à prendre soin de nous. Il nous invite à **lâcher prise** sur ce que nous ne pouvons pas contrôler et à nous concentrer sur notre pouvoir d'agir.

### • Auteur(s)

Institut national de psychiatrie légale  
Philippe-Pinel

### • Lieu d'édition

Montréal

### • Date d'édition

24 avril 2020

### • Disponibilité

Centre Local de Promotion de la Santé en  
province de Brabant wallon asbl

### • Support

Affiche