

## La feuille des vérités :

<b>Le prénom de la personne toxique</b>		<b>La nature de la relation</b>		<b>La date</b>	<b>.../.../...</b>
<b>Le tableau des vérités de la personne toxique</b>					
Les situations de violence	Les situations d'humiliation	Les situations d'exploitation (physique, financière, émotionnel)	Les situations de mensonges	Les situations de trahison	Les moments où il m'a fait pleurer

**Accrochez cette feuille partout où vous allez, enregistrez-la dans votre téléphone, chez vous, partout. C'est la vérité et la réalité de cette personne. Ne laissez pas votre esprit vous tromper. Lisez cette feuille chaque fois que vous ressentez de la nostalgie pour cette personne toxique.**