

**Défi 21 jours : Des outils pour mieux se comprendre  
et cultiver l'harmonie**



## Jour 2

### Votre défi d'aujourd'hui

**Posez-vous la question suivante:**

*Qu'est-ce que cette citation évoque pour moi?*

*Celui qui veut vaincre un conflit  
doit précisément ne pas vouloir  
y être victorieux.*

Eugen Drewermann



**Et si dans le prochain défi  
vous découvriez une méthode  
toute simple pour résoudre  
vos conflits de façon pacifique  
et collaborative?**

#### À propos

La mission de l'Institut Pacifique est de développer, mettre en œuvre et promouvoir des savoir-faire en matière de résolution de conflits et de prévention des problèmes psychosociaux pour bâtir des milieux de vie exempts de violence et soutenir l'épanouissement psychosocial des enfants, des jeunes et des adultes.

#### Nous rejoindre

2901 boulevard Gouin Est,  
Montréal (Quebec), H2B1Y3  
Tél. 514 598-1522

Courriel : [info@institutpacifique.com](mailto:info@institutpacifique.com)

Site web : [institutpacifique.com](http://institutpacifique.com)