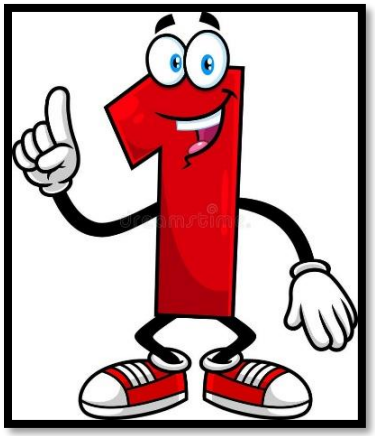
J’ai besoin de me calmer







Je choisis un outil pour me calmer



Je mets le TIMER

