

**Permathérapie**  
Route des vertus  
du travail sur soi

# PERSIL

(C'EST EN CULTIVANT

LES VERTUS

QU'ON DEVIENT

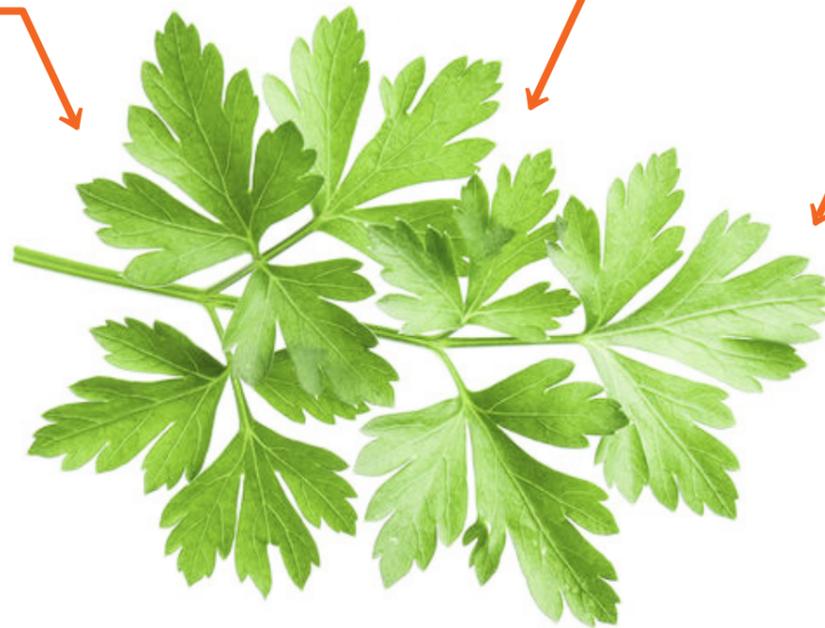
VERTUEUX

Vitamines C, A, K, B9

Antioxydant et diurétique

Calcium, potassium,  
magnésium, fer

Prenez soin de moi,  
je suis de la nourriture  
à partager. Cueillez-moi  
avec douceur, feuille par  
feuille, sans arracher le  
plant. Si j'ai soif,  
arrosez-moi, merci !



## LA PERSÉVÉRANCE

**VERTU 2/12** – La persévérance accompagne la volonté dans la durée. Elle demande patience, foi, courage, détermination. Elle nous offre de nous relever à chaque fois que nous trébuchons et de voir les résultats à longue échéance. Elle nous laisse le temps pour grandir en conscience et pour nous connecter à l'être magnifique que nous sommes.

