



Dans un bocal ou une boîte, mettez des petits mots de gratitude ; chaque jour, un élève de la classe tire un mot et répond à la question.

Vous trouverez sur les 2 pages suivantes, des exemples de petits mots à découper.



Que fais-tu pour te changer les idées quand tu te sens triste ?

Quelle est la dernière fois où tu as eu un fou rire ?

Nomme une personne sur qui tu peux toujours compter et en qui tu as confiance.

Nomme 3 choses qui t'ont rendu heureux(se) aujourd'hui.





Que fais-tu pour te changer
les idées quand tu te sens
triste ?

Quelle est la dernière fois où
tu as eu un fou rire ?

Nomme une personne sur qui
tu peux toujours compter et en
qui tu as confiance.

Nomme 3 choses qui t'ont
rendu heureux(se) aujourd'hui.

Fais un compliment à la
personne de ton choix.

A qui peux-tu dire "merci"
aujourd'hui et pourquoi ?

Cite 3 choses
que tu sais bien faire.

Cite 3 choses
que tu aimes bien faire.

Qu'as-tu fait aujourd'hui
qui t'a rendu fier(e) ?

Quelle est ta plus grande joie ?



Cite 3 de tes qualités.

Quelle est la dernière fois
où tu as dis merci
à maman ou papa ?

Cite une chose que tu aimes
faire dehors.

Cite un endroit
où tu te sens en sécurité.

A qui as-tu rendu service
récemment ?

Cite quelqu'un qui t'a félicité
et pour quelle raison.

Cite une chose que tu aimes
faire le matin.

Y-t-il quelqu'un avec qui tu
aimerais faire la paix ?

Cite quelqu'un
que tu aimerais encourager.

Cite quelque chose de difficile
que tu as réussi à faire.