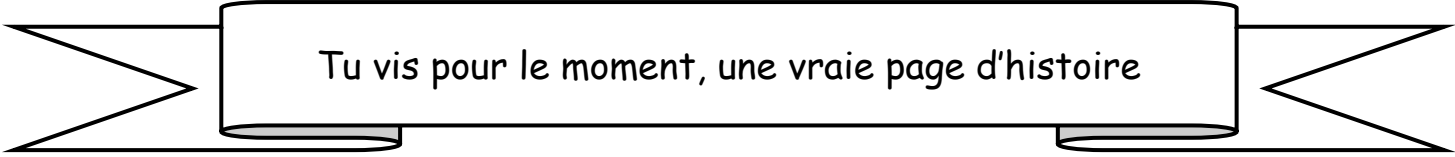


2020 Covid - 19

Mon carnet de bord de confinement¹



¹ Traduit de l'anglais et adapté par Myriam CANNELS, publication de Natalie LONG, Long Creation, Alberta, CANADA.



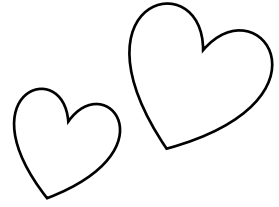
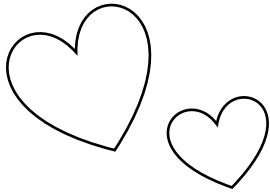
Tu vis pour le moment, une vraie page d'histoire

Prends un moment, à ton rythme, pour remplir ce carnet de bord (ou une partie). Plus tard, quand tu auras repris le cours normal de ta vie, tu auras peut-être envie de le relire.



Dessine ici les personnes avec lesquelles tu as dû faire preuve de distanciation sociale

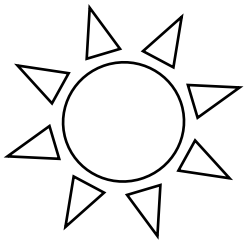
Voici quelques idées d'autres choses que tu peux ajouter à ce carnet : des photos de toi ou de ta famille pendant cette période, un journal intime, des coupures de presse, des dessins que tu as faits, des souvenirs spéciaux, ...



Qui je suis

J'ai
... ans

Je
mesure
.....



Mes préférences :

Jouet/jeu : _____

Couleur : _____

Animal : _____

Plat : _____

Film : _____

Série : _____

Livre : _____

Activité : _____

Endroit : _____

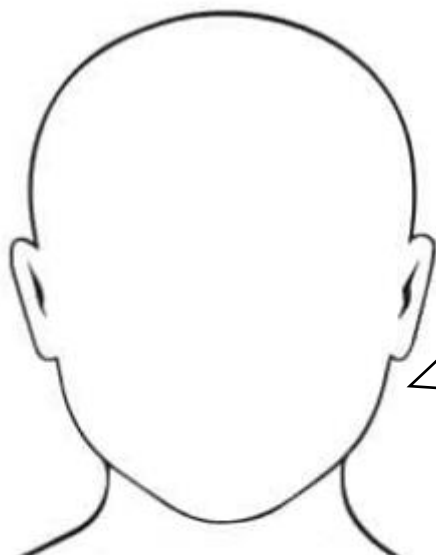
Chanson : _____

Mes meilleur(e)s ami(e)s :

Quand je serai grand(e), je
voudrais être :

Date : ___ / ___ / 2020

Comment je me sens



Des mots pour dire comment je me sens :



Je dessine mon visage

Je suis surtout reconnaissant(e) de :

La chose la plus importante que cette expérience m'a apprise :

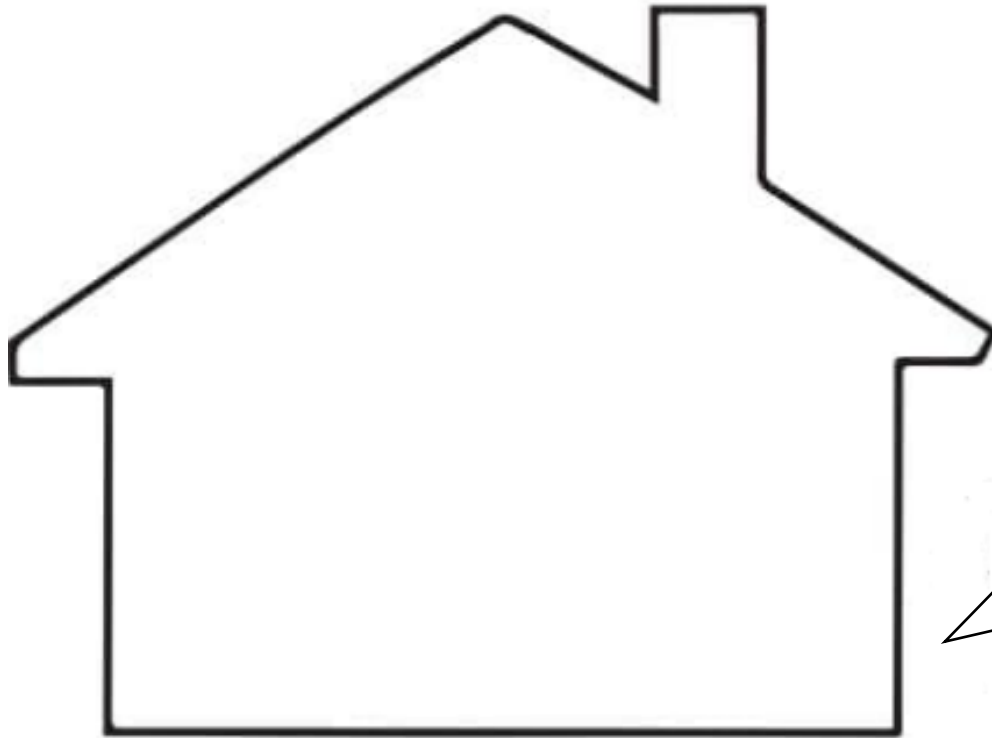
Les trois choses que j'ai le plus envie de faire quand tout cela sera terminé :

1

2

3

Mon environnement / Ma communauté



Colorie pour
que je
ressemble à
ta maison

Là où j'habite en ce moment



Quelles sont les choses que tu fais pour
t'aider à rester en contact, pour t'amuser
(ex. : dessins affichés aux fenêtres,
notes à la craie sur le trottoir, ...)

Comment restes-tu en contact avec les autres ?

Tu n'es pas coincé(e) à la maison.
Tu es en sécurité à la maison !




Imprimons/Dessinons



nos mains

Imprime ou dessine les mains de toutes les personnes qui vivent à la maison (dans des couleurs différentes) et places y aussi tes mains.

Maintenant, Mène l'interview auprès de tes parents 😊

<p>Quel a été pour vous le plus gros changement ?</p>	<p>Que pensez-vous de l'école à la maison ?</p>	 <p>Jours passés en confinement</p>
<p>Comment vous sentez-vous ?</p>	<p>Quels ont été les trois moments les plus marquants de cette expérience ?</p> <p>1. _____</p> <p>2. _____</p> <p>3. _____</p>	
<p>Quelles sont les activités, les hobbies que vous avez le plus appréciés ?</p>	<p>Pour quoi/qui, êtes-vous le plus reconnaissants ?</p>	
<p>Quel(s) programme(s) TV avez-vous regardé(s) ?</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>Quelle est votre nouvelle activité familiale préférée ? _____</p> <p>_____</p> <p>La nourriture que vous avez préféré préparer ?</p> <p>_____</p> <p>Moment préféré de la journée ?</p> <p>_____</p>		<p>Quel(s) est (sont) votre (vos) objectif(s) pour après cette période ?</p>

