

1. Je me regarde dans une glace et je me souris

2. Si quelqu'un me dit quelque chose aujourd'hui avec laquelle je ne suis pas d'accord, je le lui dis.

3. Comment te sens-tu aujourd'hui ?

4. Je répète dans ma tête, au cours de la journée, que je suis unique et précieux/se.

5.  Je regarde toutes les personnes à qui je parle aujourd'hui, dans les yeux

6. J'explique à un adulte ce qu'est une intimidation pour moi

7. Aujourd'hui, je compte le nombre de gens gentils que je rencontre

8. Je fais un compliment à une personne de mon entourage

9. Aujourd'hui, je marche comme si j'étais un roi ou une reine

10.  Si tu étais un animal, tu serais....

11. Quand peut-on dire qu'un jeune subit du harcèlement scolaire ?

12. Cite 5 choses que tu aimes dans ta vie.

13. Est-ce que quelqu'un s'est déjà moqué de toi ? Si oui, qu'a-t-il dit ?

14. Quel est le titre de ton histoire préférée ?

15. Voudrais-tu changer quelque chose en toi ? Si oui, quoi ?

16.  Qu'est-ce qui peut te faire rire ?

17. Si quelqu'un se moque de toi, qu'est-ce que tu lui réponds ?

18. Je souris à chaque personne que je croise aujourd'hui 

19. Que fais-tu quand quelqu'un dit quelque chose de gentil sur toi ?

20. Si quelqu'un te dit que tu es nul(le), que peux-tu lui dire pour lui répondre gentiment ?

21. Je répète dans ma tête, au cours de la journée, que j'ai le droit d'être différent(e)

22. Qu'est-ce qui te rend fier(e) de toi ?

23. D'après toi, que recherche un intimidateur ?

24. Si tu pouvais être invisible, comme Harry Potter avec sa cape d'invisibilité, que ferais-tu ?

25. Je répète dans ma tête, au cours de la journée, que je suis important(e) et que j'ai de la valeur.

26. Si tu étais un dessert, tu serais...

27. Quand on vit des choses difficiles, il est important d'en parler à un adulte. A qui parlerais-tu toi ?

28. Comment arrives-tu à garder ton calme si quelqu'un te dit quelque chose qui te fait mal au coeur ?

29.  Qui veux-tu remercier aujourd'hui ? Pour quelle(s) raison(s) ?

30. Si tu étais une friandise, tu serais...

31. C'est quoi un(e) ami(e) pour toi ?

Calendrier de Missions

Formation découverte "7 Précautions à prendre pour éviter le harcèlement scolaire à ton enfant"

