



## Fiche d'activité



Auteurs : L'équipe de l'organisme ESPACE Gaspésie-les-îles

Titre du livre : *Mon corps, mes droits !*

ISBN : 978-2-9819040-1-0

Éditions : Espace GIM

Âge : 3-9 ans

**Résumé:** Lors d'une activité spéciale à l'école, Charlie, Kim, Matéo et Evelyn apprennent que leur corps leur appartient, et qu'ils et elles ont le droit de se sentir toujours bien et en sécurité dans leur corps. Parfois, des personnes peuvent essayer de leur enlever ces droits-là, mais, heureusement, les enfants ont aussi appris quoi faire si ça arrive! Il y a la sœur de Matéo, qui lui enlève toujours sa serviette de bain. Il y a la tante d'Evelyn, qui lui donne un surnom qu'elle n'aime pas. Il y a un inconnu à l'épicerie, qui fait très peur à Kim. Il y a le grand-père de Charlie, qui lui demande de garder un mauvais secret. Tour à tour, les enfants trouveront le courage de s'affirmer et d'en parler. Ce sera parfois très difficile, mais tous réussiront à retrouver leur sécurité. Ouf! Une chance que Charlie, Kim, Matéo et Evelyn connaissent leurs droits!

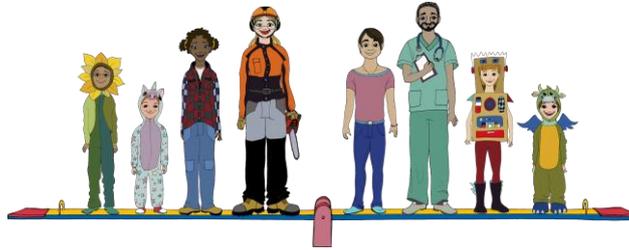
### Activités :

#### 1. Boîte à douceur

Pour faire suite à la lecture du livre, identifiez avec l'enfant des touchers agréables, des touchers qu'il aime recevoir ou donner. Vous devez alors associer chaque toucher nommé à un objet physique (exemple : on associe les chatouilles à des plumes, des caresses à des carrés en feutrine, des bisous à des pompons, etc.). Utilisez des éléments que vous avez sous la main. On peut alors mettre tous ces éléments dans la boîte à douceur qu'on peut consulter lorsqu'on a besoin de réconfort, de courage ou simplement qu'on s'ennuie des personnes à qui l'on associe ces bons touchers. Vous pouvez même encourager l'enfant à y ajouter sa figurine ou un jouet qu'il aime beaucoup pour qu'il aille y puiser du courage.

### Matériel inclus :

- Livre



### **Matériel à fournir ou à préparer :**

- Objets physiques qui peuvent être associés aux différents types de touches (ex. : plumes, carrés en feutrine, pompons, etc.)
- Petites boîtes

## 2. Le jeu des émotions

Pour faire suite à la lecture, identifiez les émotions des personnages. Vous avez en annexe la feuille à utiliser pour cette activité. Les personnages du livre ont perdu leurs émotions. Aidez-les à les retrouver en retraçant leurs chemins respectifs.

### **Matériel inclus :**

- Livre

### **Matériel à fournir ou à préparer :**

- Crayons
- Photocopies de l'annexe 1 (voir plus bas)

## 3. Cherche et trouve les émotions

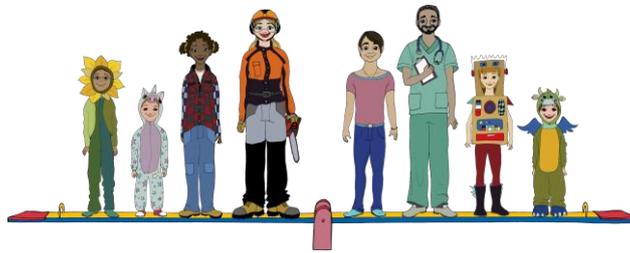
Pour cette activité, utilisez les cartes de l'annexe 2. Il s'agit d'un jeu de recherche et trouve/jeu de mémoire. Collez la feuille sur un papier cartonné et découpez les cases. Par la suite, disposez les cartes pêle-mêle, face contre la surface de jeu. En retournant deux cartes à la fois, vous devez former à nouveau les paires image/émotion. Une fois qu'une carte est retournée, si elle n'a pas été jumelée, tentez de nouveau de trouver sa paire.

### **Matériel inclus :**

- Livre

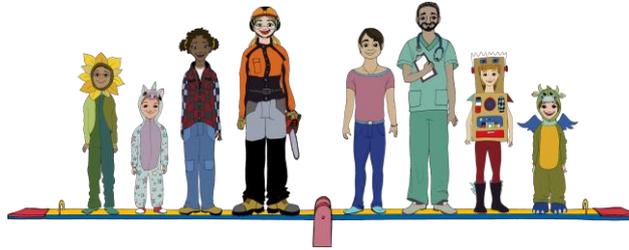
### **Matériel à fournir ou à préparer :**

- Photocopies de l'annexe 2 (voir plus bas)
- Ciseaux
- Colle
- Cartons



**ANNEXE 1 - Jeu des émotions :**

		<b>Tristesse</b>
		<b>Mélangé</b>
		<b>Colère</b>
		<b>Peur</b>
		<b>Joie</b>
		<b>Amour</b>



ANNEXE 2 - Recherche et trouve-mémoire (p. 1 de 4) :



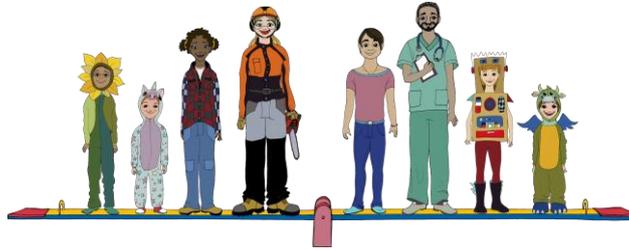
**Anxiété (stress)**



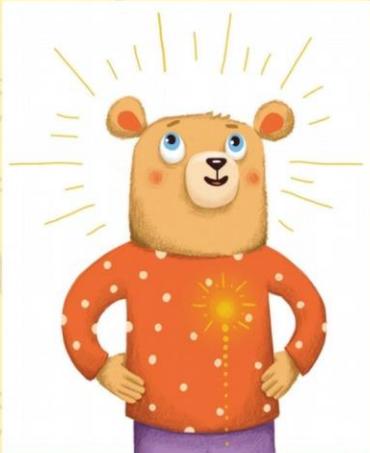
**Calme**

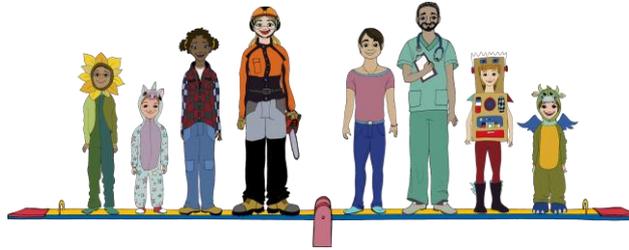


**Peur**



ANNEXE 2 - Recherche et trouve-mémoire (p. 2 de 4) :

	<b>Tristesse</b>
	<b>Inquiétude</b>
	<b>Courage</b>



**ANNEXE 2 - Recherche et trouve-mémoire (p. 3 de 4) :**



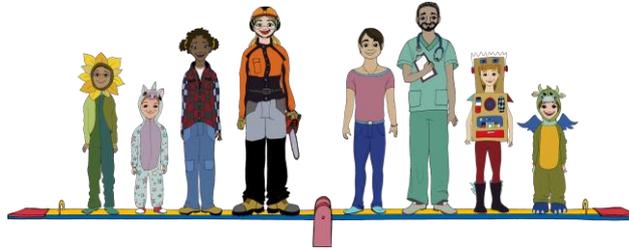
**Joie**



**Surprise**



**Colère**



**ANNEXE 2 - Recherche et trouve-mémoire (p. 4 de 4) :**



**Amour**



**Confusion  
(mélangé.e)**



**Félicitations!**

Ce certificat est remis à \_\_\_\_\_  
pour ta belle participation aux jeux des émotions!

