

# Chacun.e ses goûts !

SANTÉ

par BSF • avec le soutien de la Fondation CNP Assurances



**PUBLIC**



**PARTICIPANTS**



**ANIMATEURS**



**NIVEAU**



**PRÉPARATION**



**ACTIVITÉ**

## Description

Confiance en soi

Âge 7 à 9 ans

## Objectifs

Être en capacité d'exprimer son ressenti

Développer sa confiance en soi

## Compétences travaillées

Exprimer son ressenti

Développer sa confiance en soi

## Matériel

Photocopies pour chaque participant.e des pages 41 et 43 du livre « La confiance en soi » d'Isabelle Filliozat Stylos

## Contenus utilisés

Livre : « La confiance en soi », Isabelle Filliozat

## WORKFLOW

1

### Préparation - 10 minutes

Photocopiez pour chaque participant.e les pages 41 et 43 du livre « La confiance en soi » d'Isabelle Filliozat.

Installez des tabourets autour de la table. Préparez des stylos.

2

### Déroulement - 20 minutes

Expliquez aux participant.e.s qu'on va parler de ce qu'on aime et de ce qu'on n'aime pas. Invitez-les, chacun.e à son tour, à dire une chose qu'ils.elles aiment et une chose qu'ils.elles n'aiment pas.

Distribuez à chaque participant.e une photocopie de la page 43 du livre. Invitez-les à réfléchir à une ou des phrases qu'ils.elles ont entendues récemment et qu'ils.elles ont aimées ou non.

Ensuite, ils.elles peuvent noter ces phrases sur la feuille (une phrase qui leur aura fait du bien dans « ça me fait du bien » et une phrase qui leur aura déplu dans « ça me fait non »). Ils.elles peuvent en trouver plusieurs.

Une fois que chacun.e a terminé de remplir sa feuille, il est possible de faire partager aux autres ce qu'ils.elles ont écrit. Vous vous assurerez au non jugement entre les participant.e.s, chacun.e ayant le droit d'exprimer des goûts différents des autres.

Ensuite, distribuez les photocopies de la page 41. Proposez aux participant.e.s de découper chacune des deux figures. Commencez avec le rébus et proposez aux participant.e.s de le résoudre. Invitez-les à dire ce qu'ils.elles pensent de la phrase du rébus.

3

### Clôture - 10 minutes

Invitez les participant.e.s à dire ce qu'ils.elles ont pensé de la séance et ce qu'ils.elles ont retenu.

Terminez en répétant que chacun.e a des goûts qui lui sont personnels, qu'on aime tous des choses différentes.