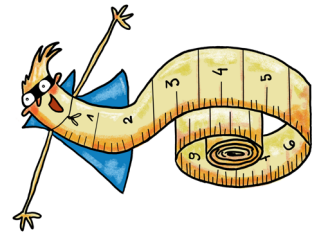
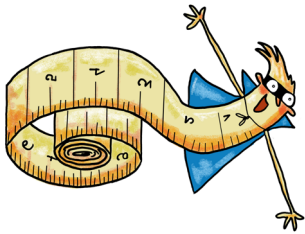


MES SUPER POUVOIRS



En grandissant, les enfants rencontrent à la fois des situations faciles et difficiles, comme Ben et Lili au Musée des Enfants. Chaque enfant possède des super-pouvoirs et des talents pour faire face à ces situations et les surmonter. Maintenant que nous sommes tous à la maison, il est peut-être encore plus important de connaître nos super-pouvoirs et de les utiliser.

Qu'est-ce qui te rend heureux ou content?

Qu'est-ce qui te rend anxieux ou triste?

Quand tu es anxieux ou triste, qu'est-ce que tu fais pour te sentir mieux?

Fais quelque chose de doux pour toi:

Comment pourrais-tu te rendre heureux aujourd'hui?

Quand quelqu'un est anxieux ou triste, qu'est-ce que tu fais pour l'aider?

Fais quelque chose de doux pour quelqu'un d'autre:

Comment pourrais-tu rendre heureux tes parents, ton frère ou ta sœur?

...faire un gros câlin?

Comment pourrais-tu rendre heureux quelqu'un d'autre de ta famille?

...envoyer un message vidéo avec une chanson?

Comment pourrais-tu rendre heureux un de tes amis?

...envoyer un message d'amitié?

Comment pourrais-tu rendre heureux quelqu'un dans la rue?

...construire 'Tout ira bien' en Lego?

[voir les explications page suivante!](#)

Invente encore d'autres actions douces et essaye des super-pouvoirs différents!

SUPER-POUVOIRS :

<i>faire des câlins,</i>	<i>faire le pitre,</i>
<i>dessiner,</i>	<i>construire,</i>
<i>bouger,</i>	<i>chanter,</i>
<i>jouer,</i>	<i>écrire,</i>
<i>parler,</i>	<i>danser,</i>
<i>cuisiner,</i>	<i>lire,</i>
<i>rêver,</i>	<i>... ?</i>