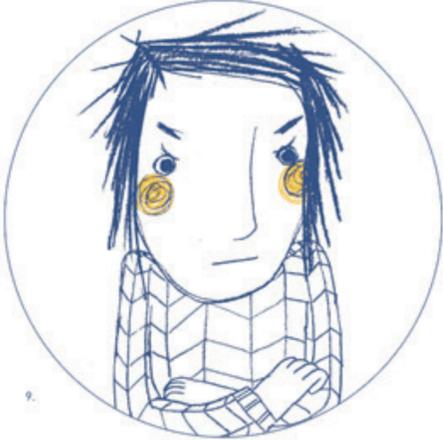


# Et si tu apprenais à connaître tes émotions...

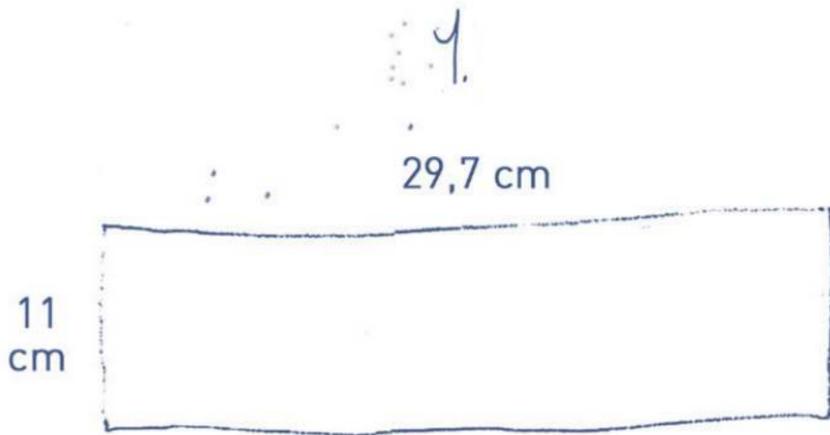
- > Imprime et découpe ces petites pastilles (tu peux contrecoller tes pastilles sur une feuille cartonnée)
- > Devine et note au dos l'émotion du personnage (pour vérifier, tu trouveras les "réponses" en bas de cette feuille)
- > Après avoir fabriqué ta "pochette à émotions", je t'invite à mettre à l'intérieur chaque jour l'émotion que tu ressens...



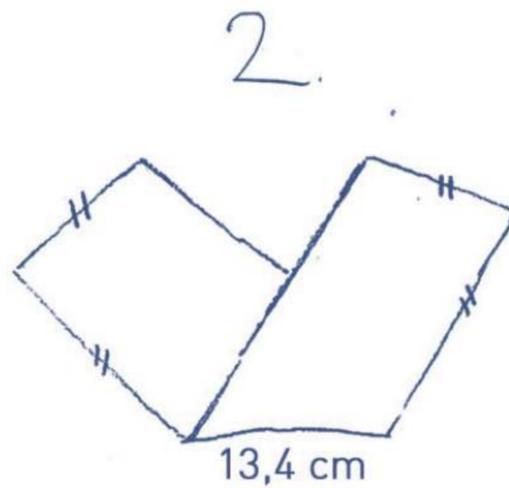
1. joueur
2. studieux
3. satisfait
4. calme
5. emmêlé
6. fatigué
7. léger
8. coquin
9. en colère
10. câlin
11. rêveur
12. inspiré
13. dégoûté
14. excité
15. enfermé
16. serein
17. content
18. gêné
19. effrayé
20. maussade
21. libre.

# la pochette à émotions

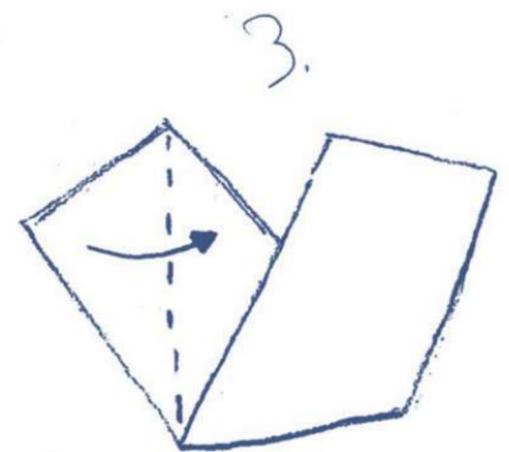
Pour fabriquer ta pochette à émotions, il te faut :



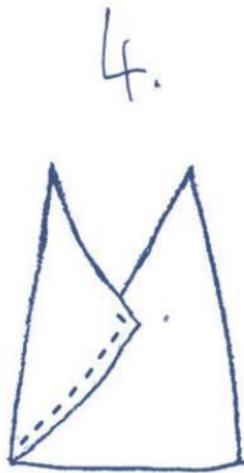
Choisis un joli papier format A4, découpe un morceau de 29,7 / 11 cm



Plie le papier pour former un V, comme sur le dessin.



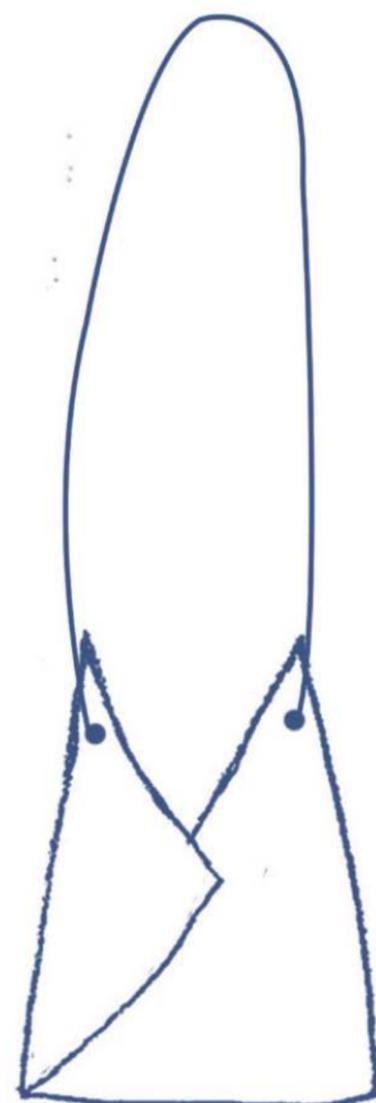
Prends l'angle de gauche et ramène le papier au centre pour former une jolie pointe en superposant bien le papier sur toute la longueur.



Colle le papier sur la partie centrale. Fais la même chose avec l'autre côté.



Prends une perforatrice et fais deux trous en haut des pointes.



Ajoute une petite ficelle pour former une anse. Tu peux accrocher ta petite pochette au mur et y déposer tes émotions.

