



Des ressources *(très)* *humaines*

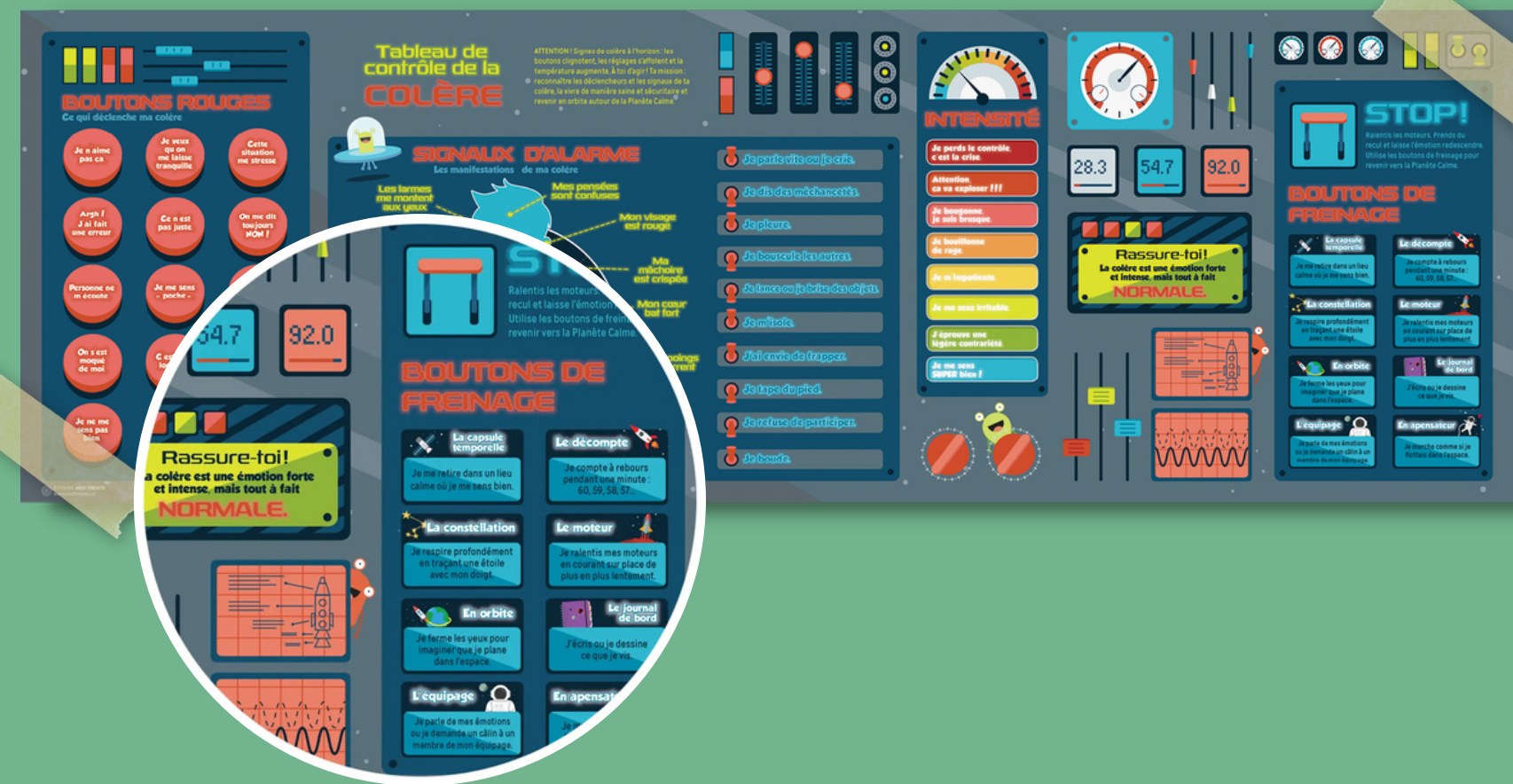
Promo 15% : JEA15

Valide jusqu'au 15 décembre 23h59.
sur www.miditrente.ca



Sur ton mur

Affiches psychoéducatives



Sur ton mur

Affiches psychoéducatives



Ça cartonne!

Cartons psychoéducatifs



ÉDITIONS
**MIDI
TRENTÉ**



Nouveau

Au recto, une
illustration
sympathique.



BESOIN DE REPOS

REPOS

Il n'y a pas de tout repos, tu as peut-être
travaillé un moment! Quand tu ressens ce besoin,
ton corps se repose un peu. Parfois,
« mental » dont tu as besoin! Tu sens
tout va trop vite, que tes sens sont surchargés,
Tu peux alors sentir que tu as **besoin de calme**, que
tu as besoin d'appuyer sur « pause » quelques instants
pour apaiser ce tourbillon intérieur. Le but est alors de
te libérer de tes inquiétudes et de tes préoccupations, de
réduire l'agitation dans ta tête, d'avoir l'esprit tranquille.

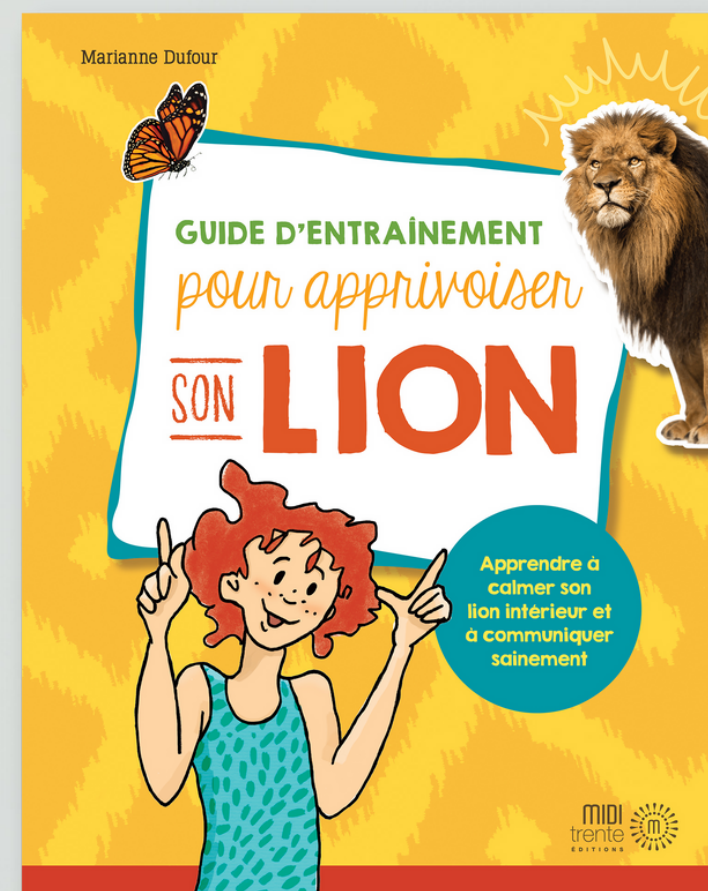
Quand tu manques de repos, comment te sens-tu?
Que peux-tu faire pour remédier à la situation?

Au verso, une description
dans les mots des jeunes
et des questions, des
défis ou des exercices
pour consolider
l'apprentissage.



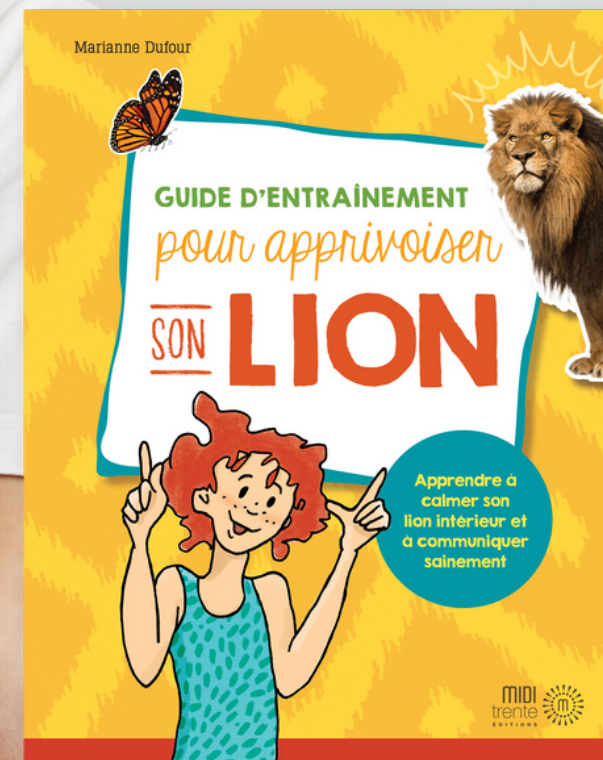
 **Consortium**
provincial francophone

Prévenir les comportements difficiles

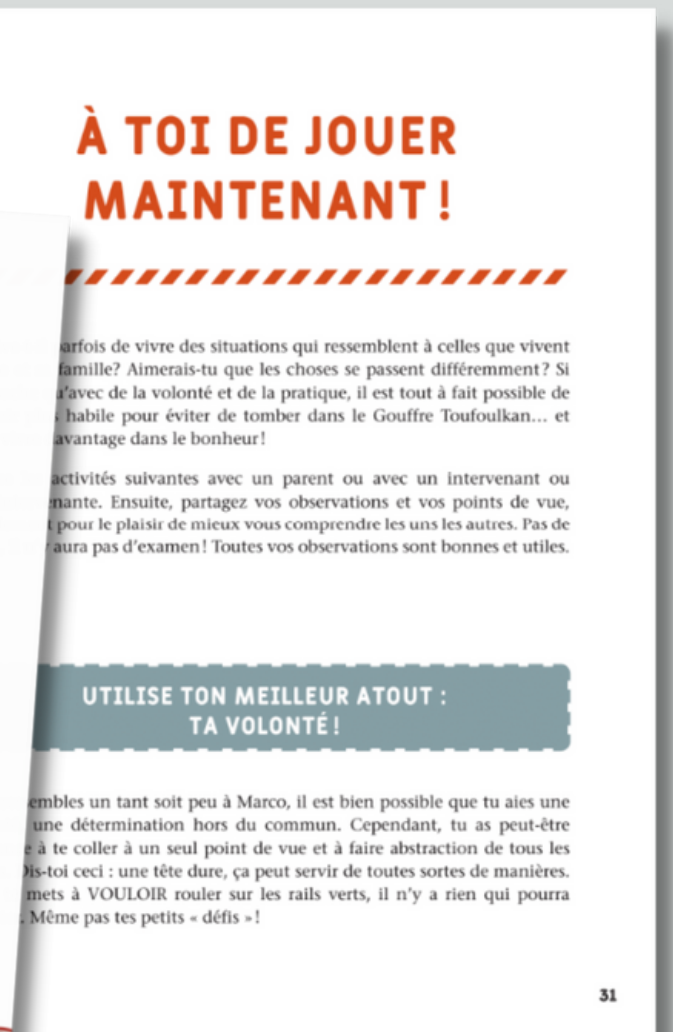


Solutions créatives pour résoudre les conflits

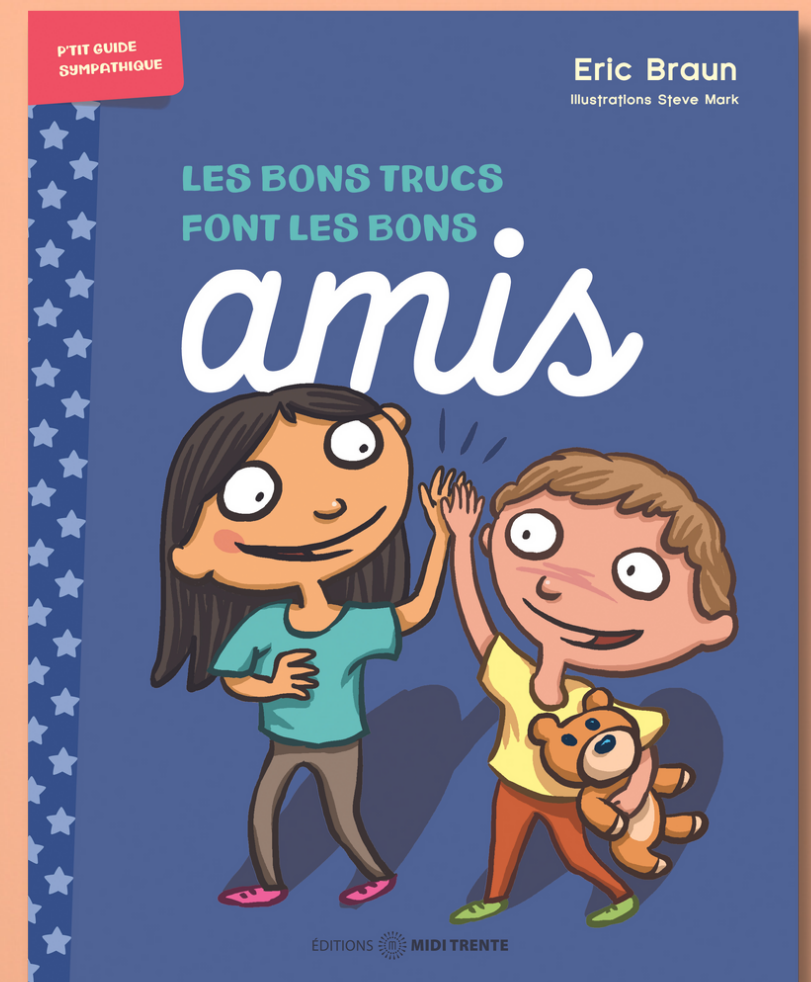
Métaphores et vocabulaire
simple pour aider l'enfant.



Pour transformer l'opposition en collaboration



P'tit guide sympathique



Dès 6 ans.

P'tit guide sympathique



TABLE DES MATIÈRES

CHAPITRE 1..... 5

Tout ce que tu dois savoir à propos des moqueries

CHAPITRE 2.....20

À ne pas faire si on t'embête

CHAPITRE 332

Deux moyens de neutraliser les moqueries
grâce à ta force intérieure

CHAPITRE 442

Trois manières de faire taire les mauvais
commentaires

CHAPITRE 552

Quatre trucs pour couper l'herbe sous le pied
de ceux qui veulent t'embêter

CHAPITRE 6..... 68

Le truc ultime si les moqueries se multiplient

CHAPITRE 7 72

Maintenant, au boulot!

CHAPITRE 8 76

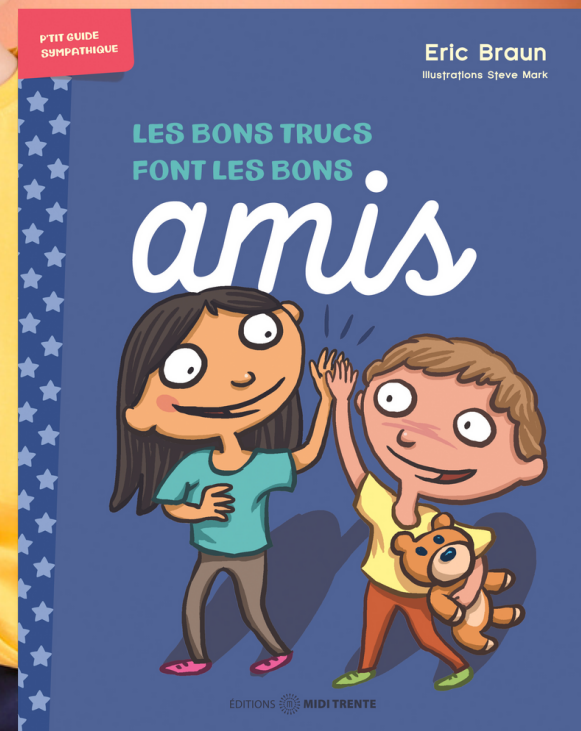
Tous unis contre les moqueries!

Message aux adultes.....81

Activités complémentaires.....83

Dès 6 ans.

P'tit guide sympathique



- ACTIVITÉS SUR LE CHAPITRE 4 -

Recette pour une amitié réussie

DISCUSSION & RÉFLEXION

- Selon toi, qu'est-ce que c'est, l'empathie?
- Donne quelques exemples de gestes que tu peux poser pour faire preuve d'empathie.
- Réfléchis à une situation où tu as eu besoin d'un allié ou à un moment lors duquel quelqu'un t'a vraiment aidé. Pourquoi avais-tu besoin d'un coup de main? Comment cette personne a-t-elle pu t'aider?
- Lorsque tu te trouves avec tes amis, avez-vous parfois de la difficulté à choisir ce que vous allez faire ensemble? Habituellement, comment réglez-vous la situation?

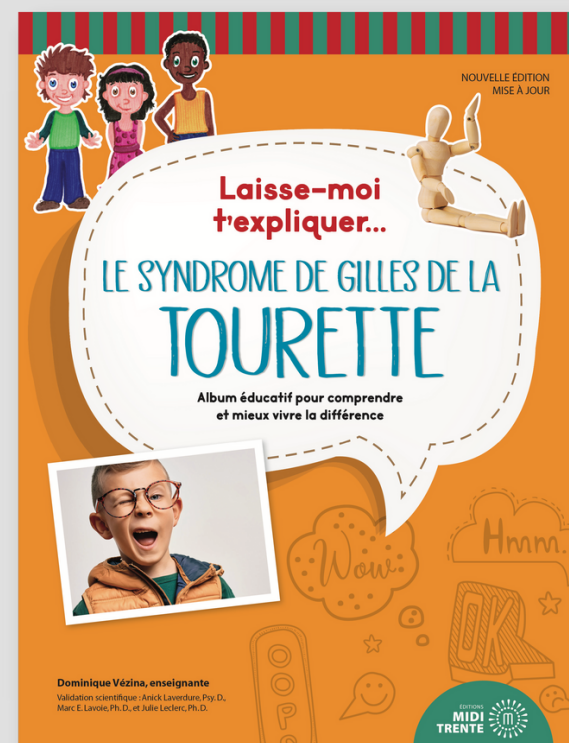
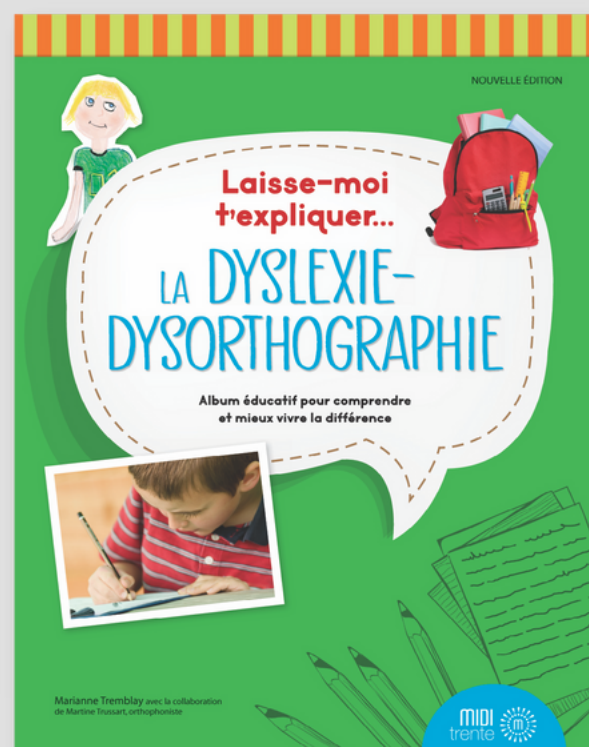
1,2,3, IMPRO!

L'improvisation est vraiment une bonne façon d'aider les jeunes à développer leurs habiletés sociales. Proposez aux jeunes de mettre en scène des situations d'entraide, de partage, de gentillesse. Créez de petits groupes et invitez-les à présenter de courtes improvisations mettant en scène différentes façons d'aider leurs amis ou de faire preuve d'empathie. Vous pourriez proposer différents scénarios comme « Le chien de ton meilleur ami vient de mourir » ou « Une nouvelle élève se fait taquiner à propos de ses vêtements ». S'ils mettent en scène des situations de taquinerie ou d'intimidation, rappelez-leur que ce sont des situations fictives et qu'ils doivent toujours faire preuve de respect. Vous pouvez aussi leur suggérer d'improviser sur une émotion (p. ex. la tristesse, la joie, la colère, la surprise, la nervosité, l'excitation) qu'ils devront faire deviner aux autres en utilisant uniquement leurs expressions faciales et leur langage non verbal.

Tiré du livre « Les bons trucs font les bons amis », Eric Braun, illustrations de Steve Mark.
© Éditions Midi trente / MIDITRENTE.CA

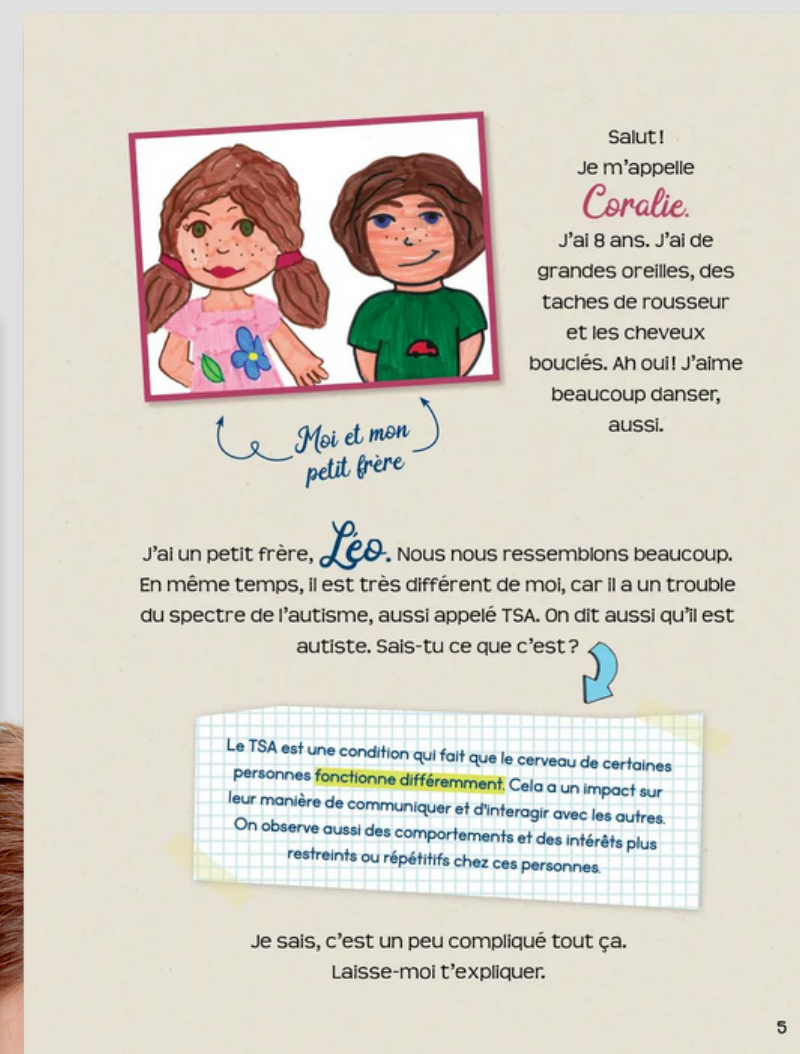
Dès 6 ans.



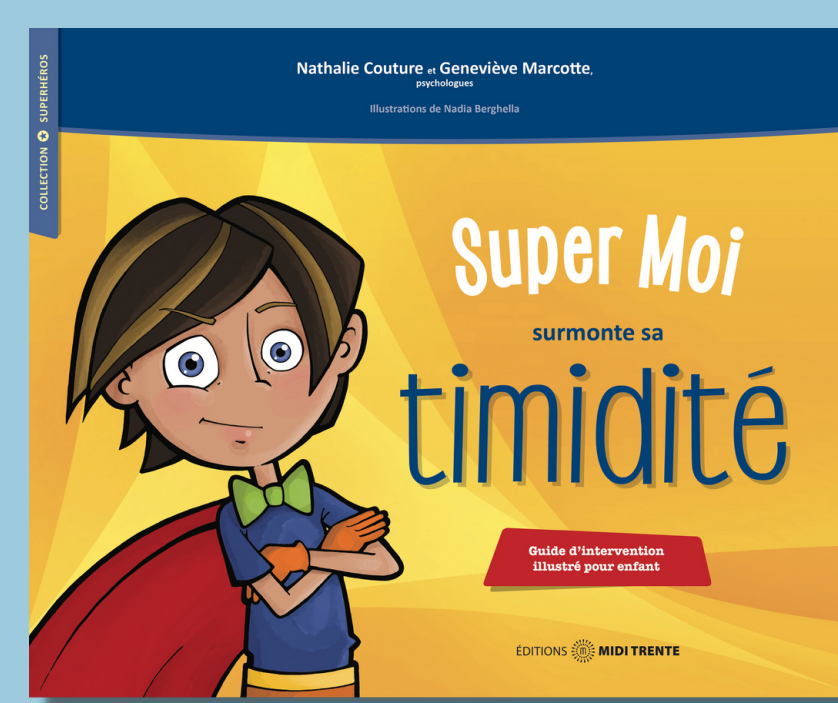
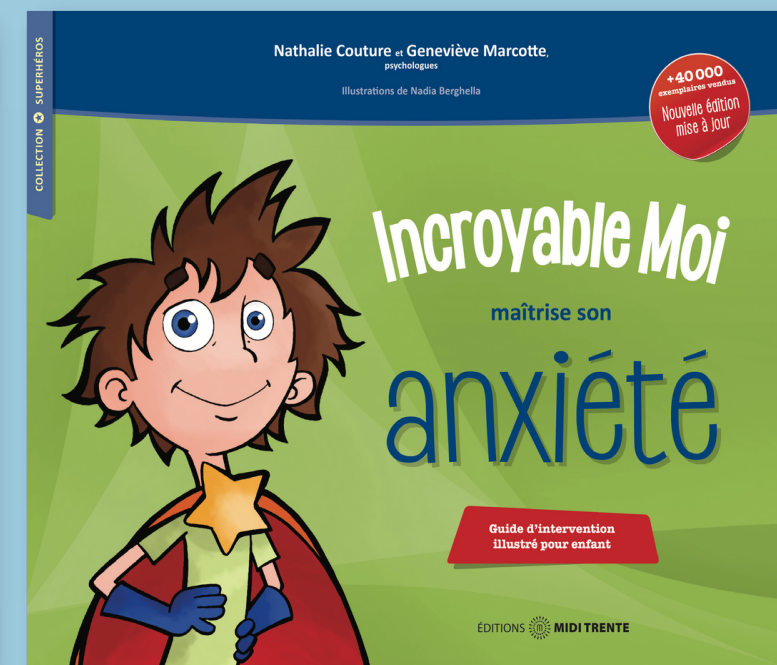


Laisse-moi
t'expliquer...

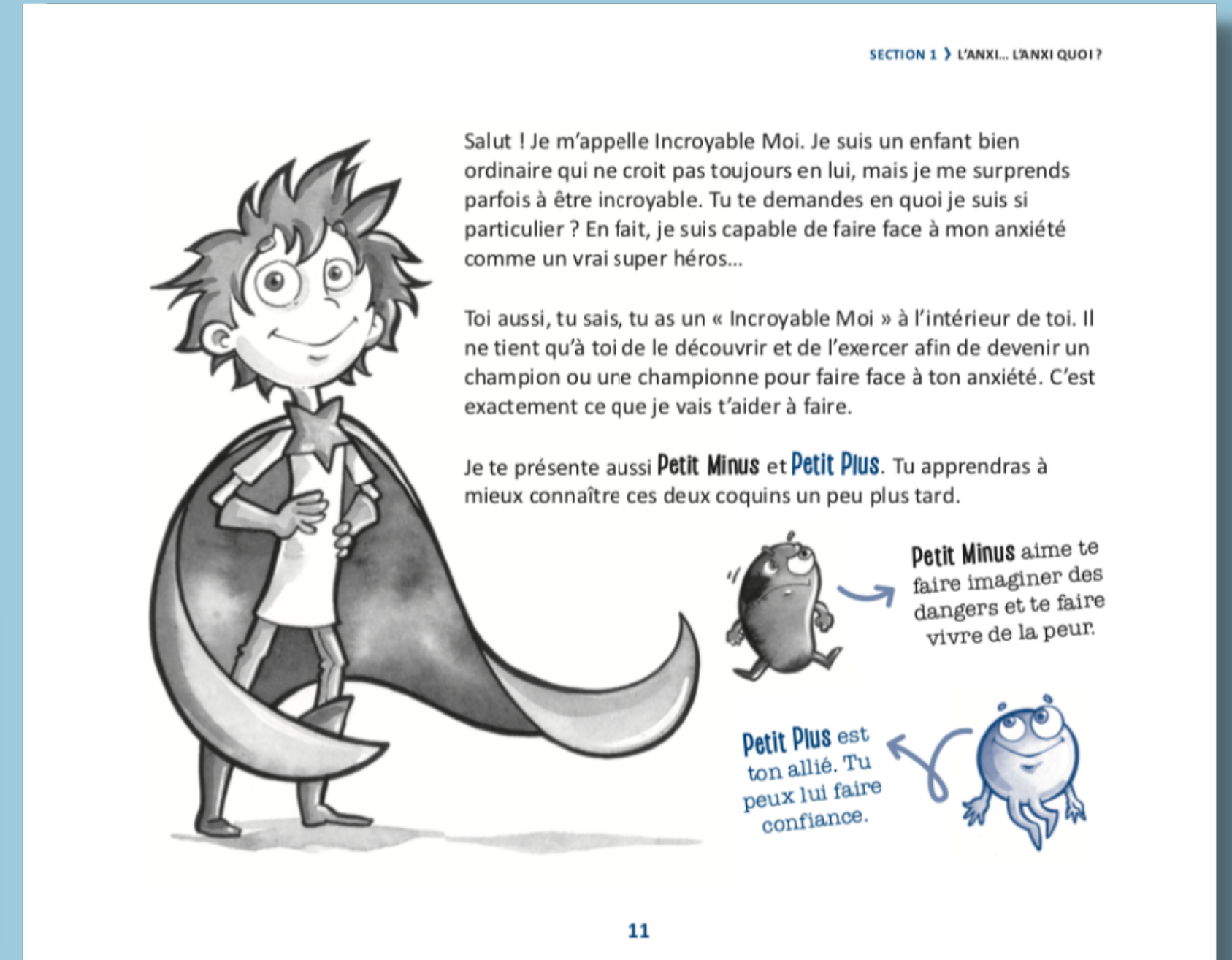
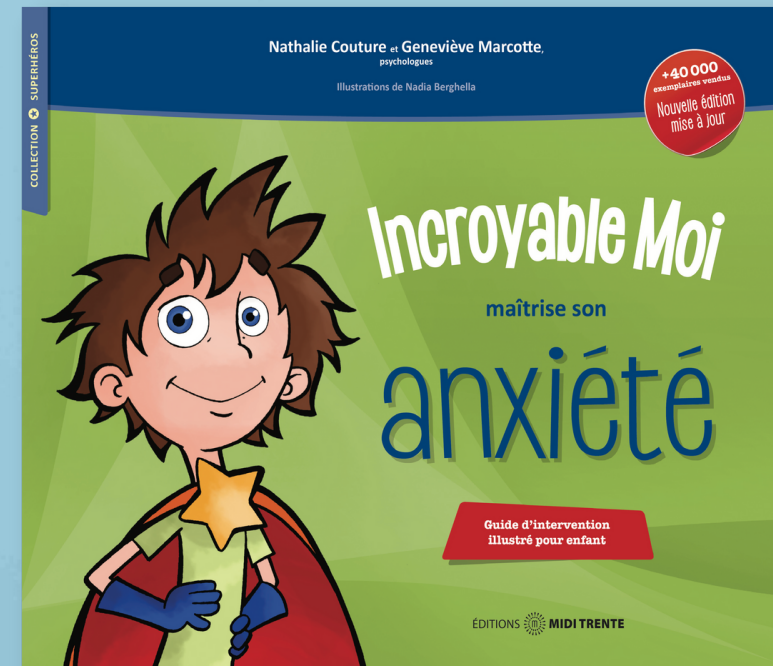
Laisse-moi t'expliquer...



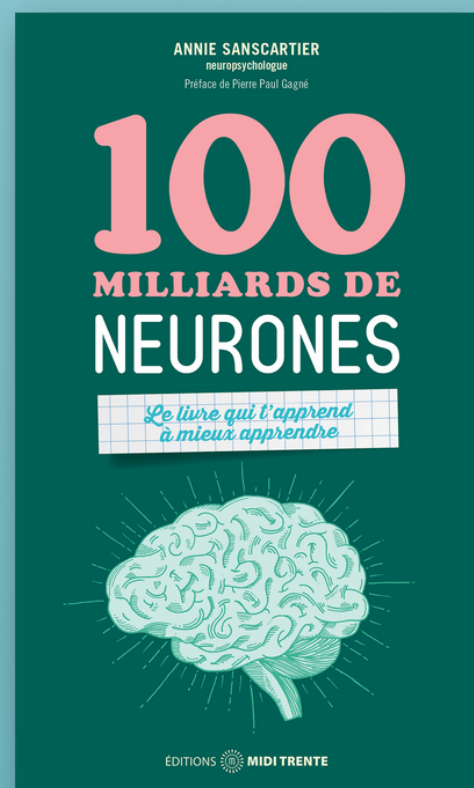
Pour les jeunes au primaire



Pour les jeunes au primaire



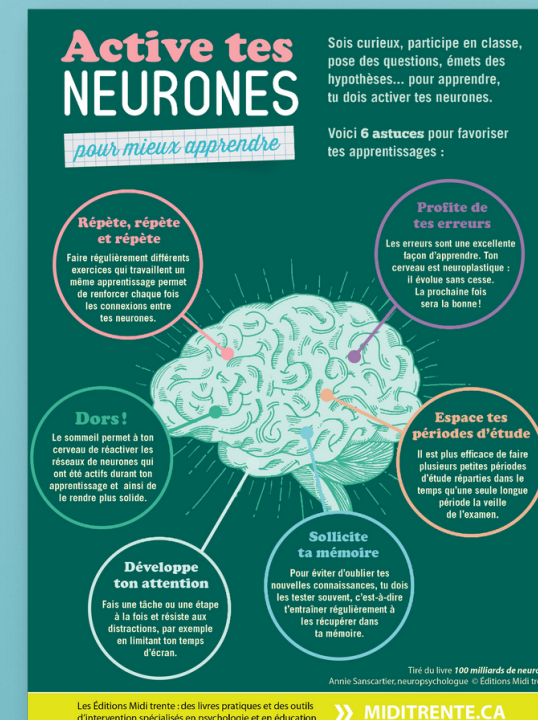
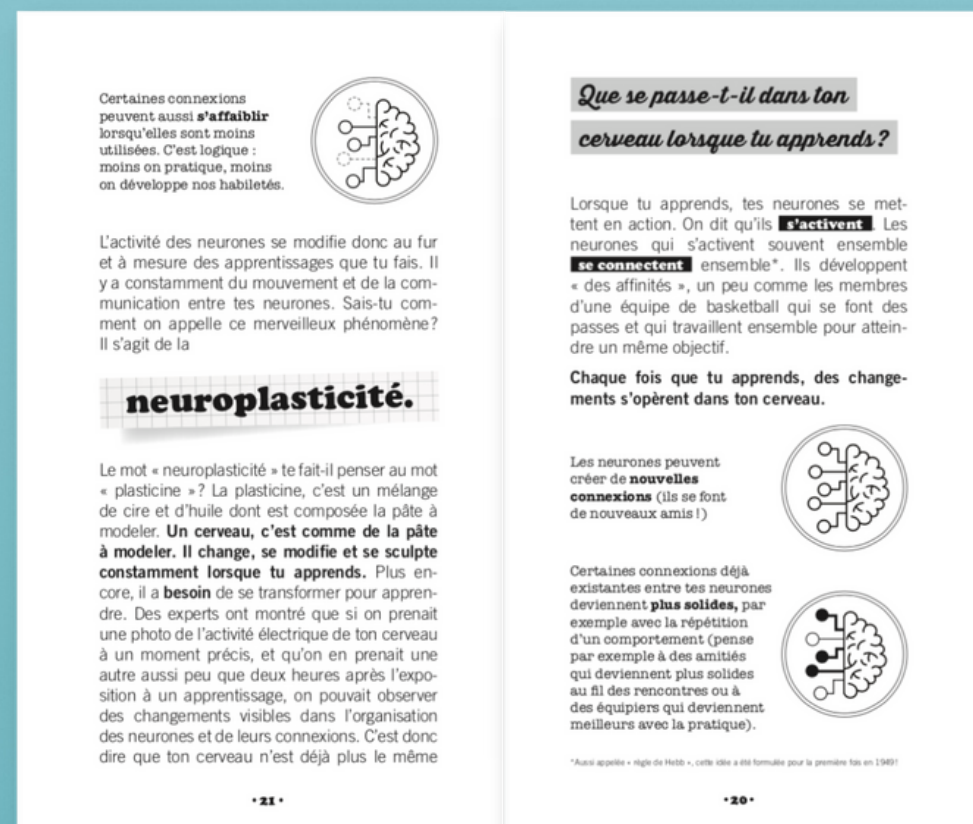
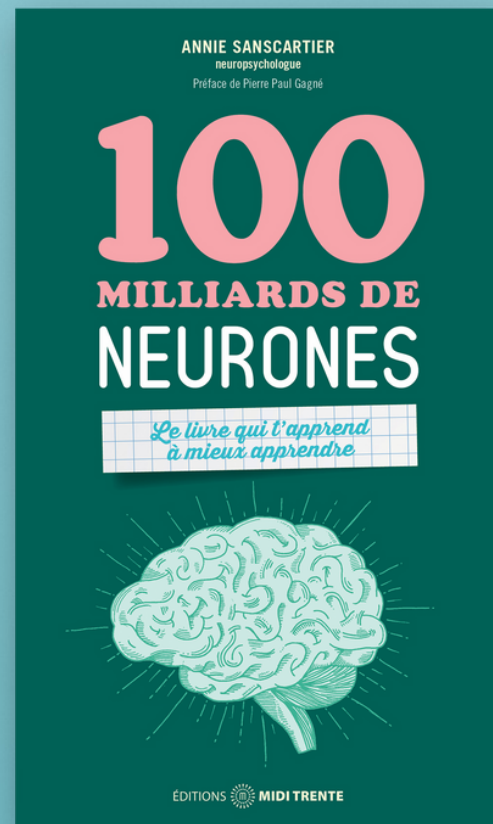
Éducatif, pratique et sympathique !



Fiches et outils
psychoéducatifs
complémentaires
gratuits disponibles
sur miditrente.ca



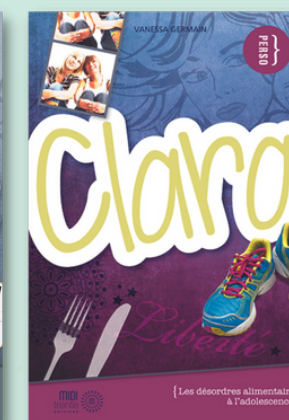
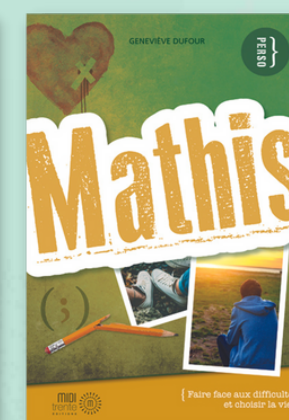
Éducatif, pratique et sympathique !



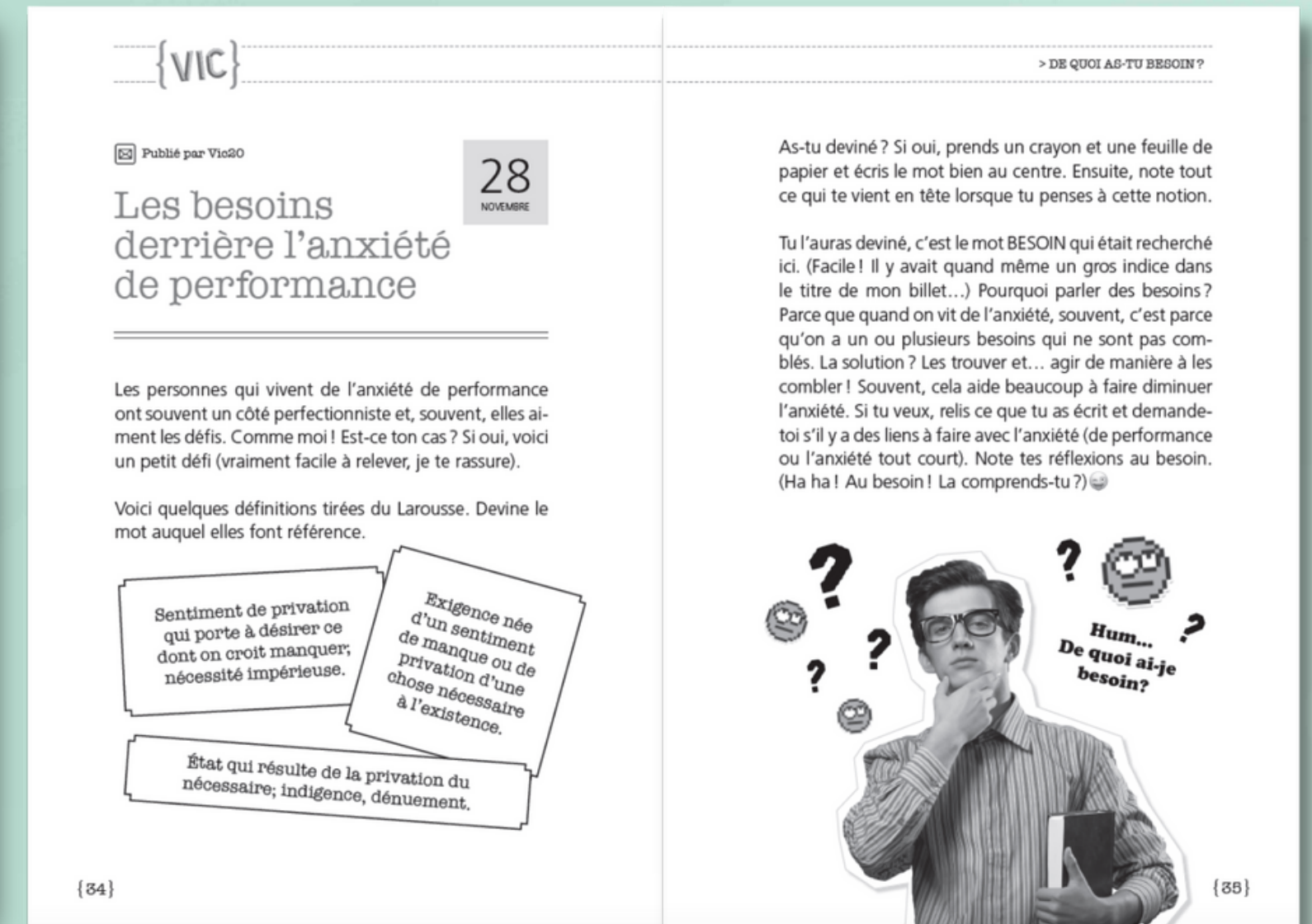
Éducatif, pratique et sympathique !



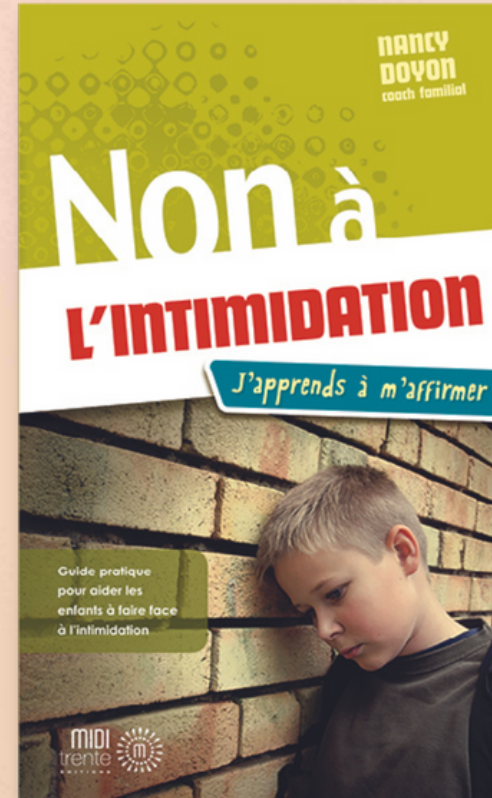
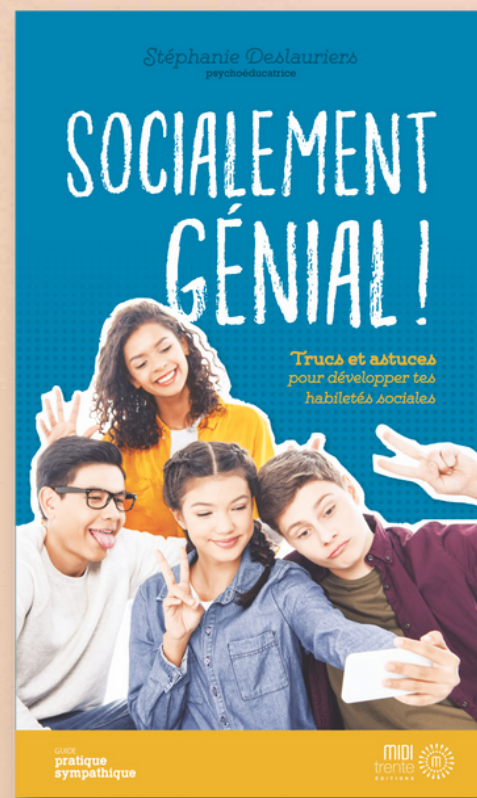
Pour les ados



Pour les ados



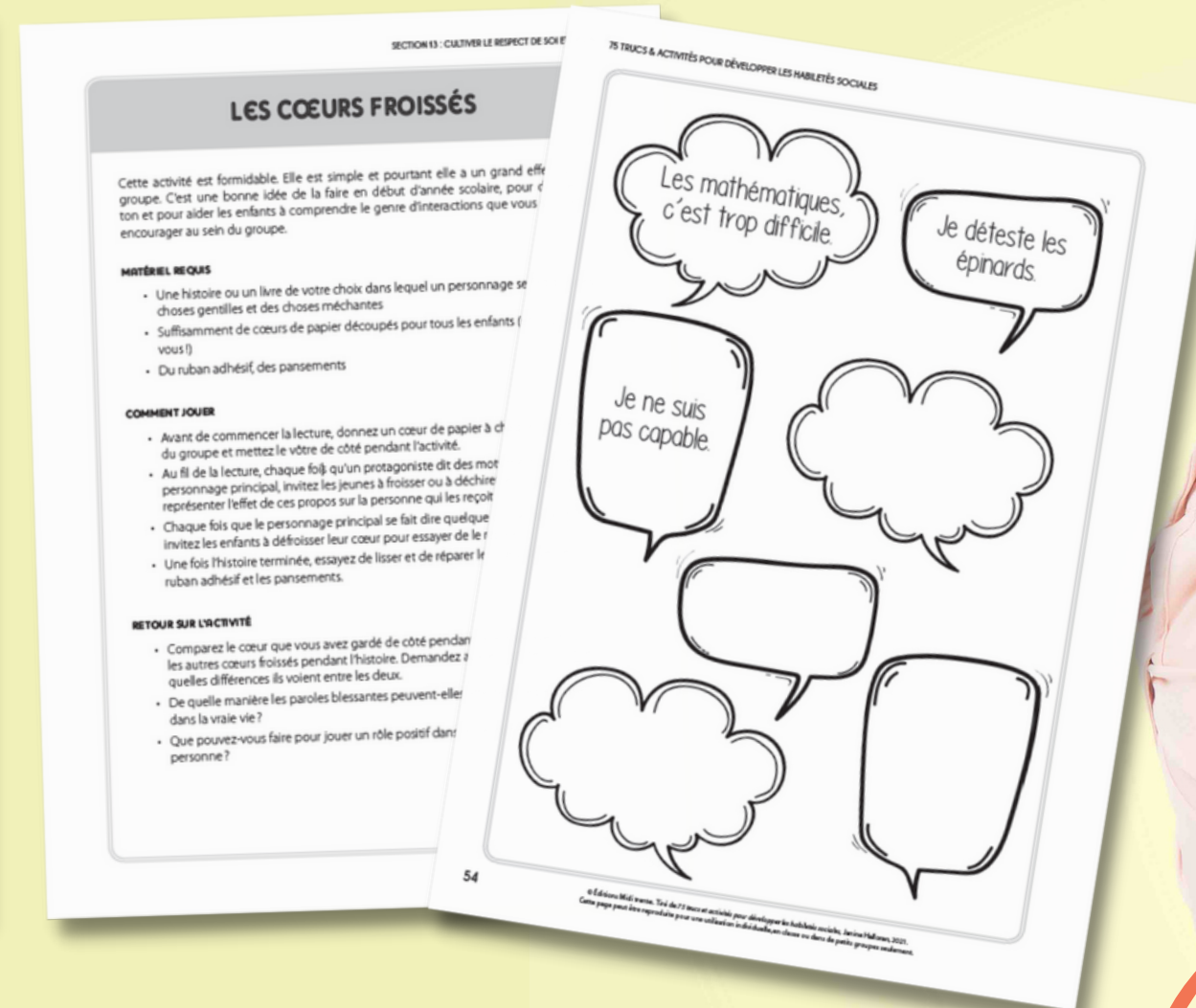
Une lecture remplie de stratégies concrètes pour aider les ados à surmonter leur difficulté.



Bien
dans
leur
peau.



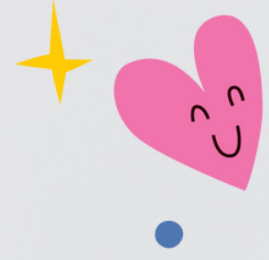
Guides d'intervention



À venir
2023

Pour développer
les habiletés
sociales en
s'amusant!

Pour composer avec
le stress, l'anxiété et
la colère



GO!



LE JEU DE CONNAISSANCE DE SOI QUI FAIT JASER !

WOW!



PARLE-MOI

UN JEU POUR MIEUX SE CONNAÎTRE

Lancez le dé à tour de rôle et répondez le plus honnêtement possible à la question. Il n'y a aucun perdant, aucun gagnant. La seule règle de ce jeu est d'être respectueux envers soi et envers les autres !

Pour mettre un peu de piquant, lancez le dé une deuxième fois pour déterminer comment répondre à la question.

- Miroir : pose la question à la personne de ton choix.
- Choix : réponds à la question de ton choix.
- Mime, chante ou dessine ta réponse.
- Contraire : réponds le contraire de ce que tu penses.
- Télépathie : désigne une personne qui doit dire ce qu'elle pense que tu répondras.
- Tout le monde répond à la question.

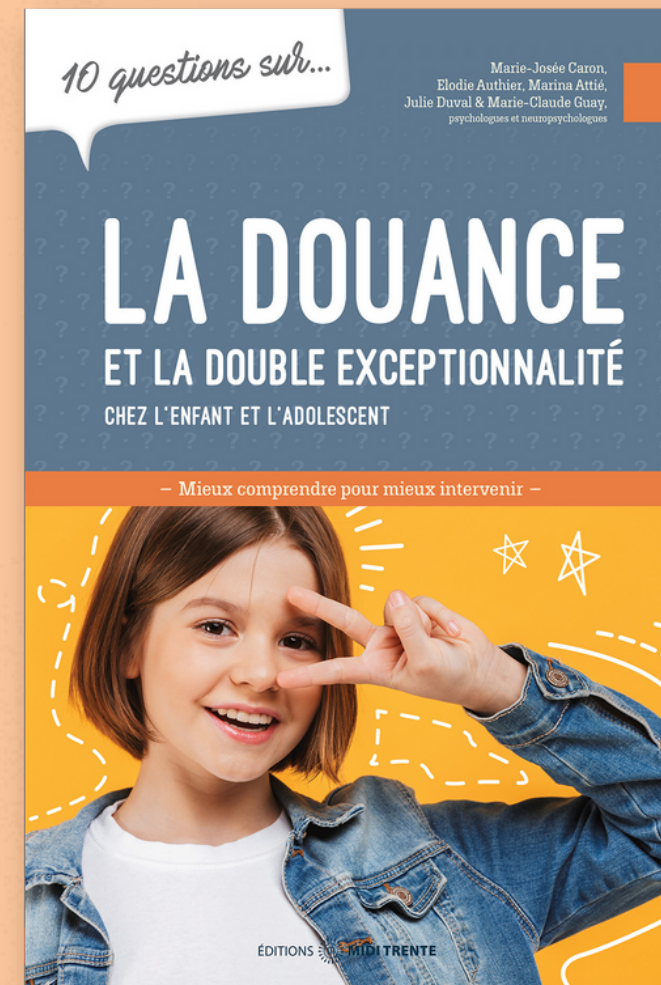
Un dé ainsi que des pièces à imprimer sont disponibles sur [miditrente.ca](#) dans la section « Matériel gratuit ».

ÉDITIONS MIDITRENTE

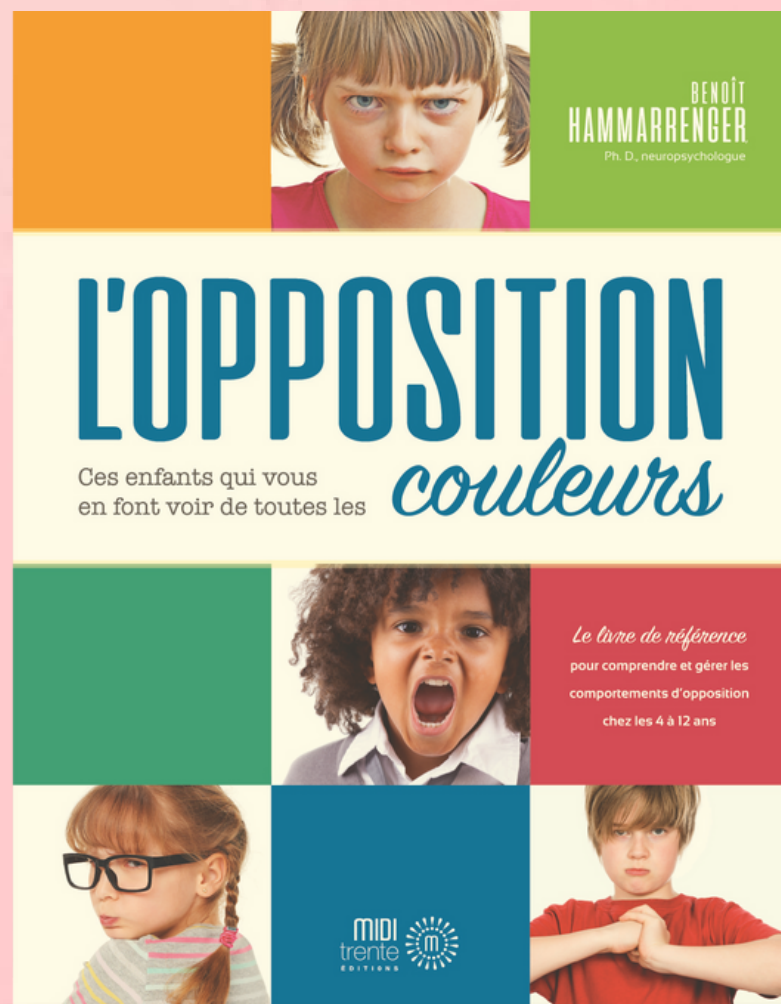
| | | | | | | | | | |
|--|--|---|---|--|--|--|--|---|---|
| NOMME UNE CHOSE QUI TE FÉFRAIE. POURQUOI? | NOMME UNE CHOSE QUE TU DÉTESTES. POURQUOI? | PARLE DE QUELQUE CHOSE QUI TE FAIT DE LA PEINE. | COMPLÈTE LA PHRASE : « J'AI TROP, TROP HÂTE... » | COMMENT SERAIT TA MAISON DE RÊVE? | SI TU POUVAIS CHANGER UNE CHOSE DANS LE MONDE, CE SERAIT QUOI? | RACONTE TES PLUS BELLES VACANCES (VÉCUES OU RÉVÉES). | RACONTE UN MOMENT OÙ TU AS ÉTÉ FIER OU FIÈRE DE TOI? | QUEL MOMENT DE LA JOURNÉE PRÉFÈRES-TU ? POURQUOI? | RACONTE QUELQUE CHOSE QU'ON NE SAIT PAS DE TOI. |
| QUELLES SONT LES CINQ CHOSSES QUE TU AIMES LE PLUS ? | DESCRIS TA JOURNÉE PARFAITE. | QUEL EST TON TALENT CACHÉ? | SI TU ÉTAIS UN PERSONNAGE, QUI SERAIS-TU ? | QU'EST-CE QUI TE MET DE MAUVAISE HUMEUR? | NOMME UNE PERSONNE QUE TU ADMIRES (ET DIS POURQUOI). | QUEL EST LE MEILLEUR LIEU OÙ TU NE VOUDRAIS JAMAIS ALLER ? | QU'EST-CE QUI TE FAIT PERDRE PATIENCE ? | QUEL SUPERPOUVOIR AIMERAIS-TU POSSÉDER ? | QUELLE EST LA MEILLEURE FAÇON DE TE DÉTENDRE ? |
| PARLE-MOI DE TON ENDROIT PRÉFÉRÉ. | QUELLE QUALITÉ AIMES-TU CHEZ LES AUTRES ? | QUEL SERAIT TON MÉTIER DE RÊVE ? | PRÉFÈRES-TU LA VILLE OU LA CAMPAGNE ? POURQUOI ? | QUELLE EST L'ODEUR QUE TU PRÉFÈRES ? | PARLE DE QUELQUE CHOSE QUI TE GÈNE. | À QUOI AIMES-TU OCCUPER TES TEMPS LIBRES ? | QUELLE QUALITÉ OU QUEL TALENT AIMERAIS-TU AVOIR ? | QUELLE EST LA CHOSE QUI TE FAIT LE PLUS RIRE ? | DE QUOI NE POURRAIS-TU PAS TE PASSER ? |
| QUEL EST TON PLUS GRAND RÊVE ? | SI TU DEVAIS APPORTER UNE SEULE CHOSE SUR UNE ÎLE DÉSERTÉE, CE SERAIT... | COMPLÈTE LA PHRASE : « JE SUIS PAS MAL BON OU BONNE DANS... » | SI TU ÉTAIS UN PETIT OISEAU, OÙ IRAIS-TU TE POSER ? | QUELS SONT LES TROIS VŒUX QUE TU FORMULERAIS DEVANT UN GÉNIE ? | QUELLE EST LA CHANSON QUI TE REND DE BONNE HUMEUR ? | NOMME UN SOUVENIR, UNE PERSONNE OU UN ENDROIT QUI TE FAIT SENTIR BIEN. | QU'EST-CE QUE TU NE FERAIS JAMAIS, JAMAIS ? | QUEL SERAIT TON TOTEM ? (ANIMAL ET QUALITÉ) | PARLE-MOI D'UNE TRADITION DE TA FAMILLE. |
| GO! | | | | | | | | | WOW! |



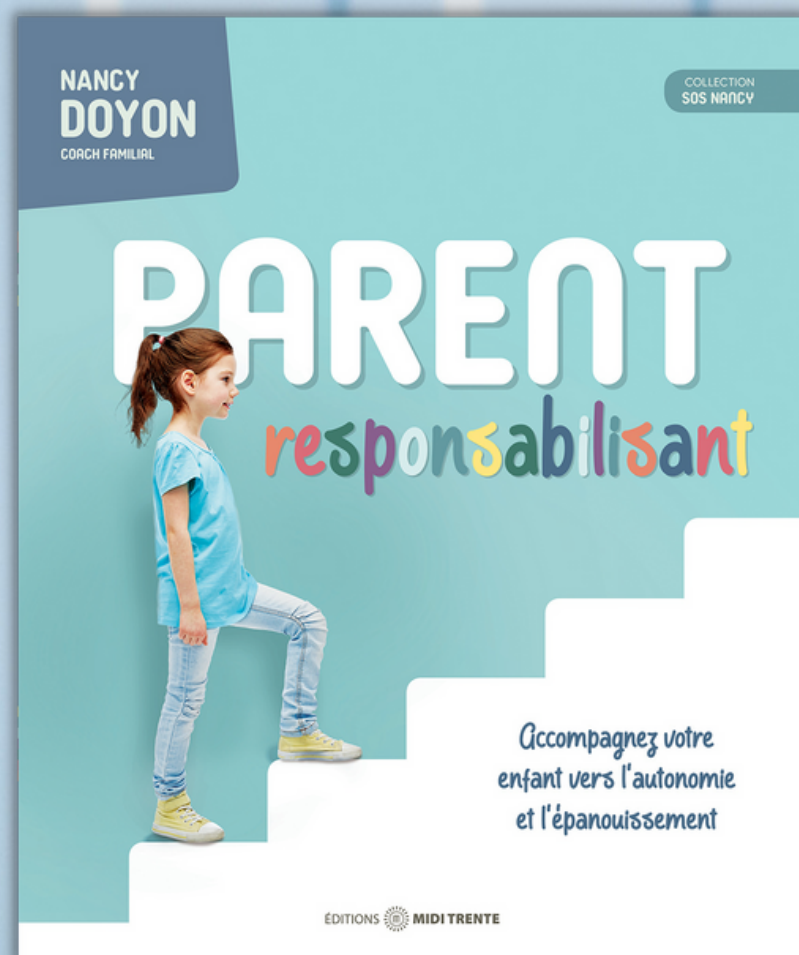
Vulgarisation & Intervention



Autres guides d'intervention



Mieux comprendre pour mieux intervenir



Matériel gratuit

Matériel
psychoéducatif
gratuit sur
miditrente.ca

Filtres

Classer par Par défaut Voir 12 24 36

Pions à découper - Parle-moi [À imprimer]

Gratuit

Le coin coin des bons amis [À télécharger]

Gratuit

La chasse aux amis [À télécharger]

Gratuit

Comment se faire des amis [À télécharger]

Gratuit

Filtres

Classer par Par défaut Voir 12 24 36

Fiches pédagogiques - Allume ta lampe de poche ! [À télécharger]

Gratuit

Fiche d'activité - Une garde-robe à ton image [À télécharger]

Gratuit

Fiche d'activité - Chasse ton anxiété ! [À télécharger]

Gratuit

Fiches pédagogiques - Guide d'entraînement pour apprivoiser son lion [À télécharger]

Gratuit



Des questions ?

Promo 15% : JEA15

Valide jusqu'au 15 décembre 23h59.
sur www.miditrente.ca