

MonCalendrier Positif

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
SEM. 1	Je parle de TROIS choses qui m'ont fait rire ou sourire aujourd'hui	Si je pouvais être invisible pour une journée, que ferais-je?	Je dis MERCI à une personne pour ce qu'elle m'apporte dans ma vie	Je répète cette phrase avec des voix différentes : 'Je suis capable et je crois en moi'	J'encourage quelqu'un ou je le félicite pour ses efforts	Je raconte ma réussite de la journée	Je termine cette phrase : 'Pour me sentir bien, j'ai besoin...'
SEM. 2	Je raconte ma dernière colère et ce que j'en ai appris	Je fais un dessin et l'offre à quelqu'un	Qu'est ce que j'aime le plus dans mon corps ?	J'offre un câlin (un Hug) à deux personnes différentes	Si j'étais un animal, je serais...	Je réponds à cette question 'C'est quoi le bonheur pour moi ?'	Je rends service à quelqu'un aujourd'hui
SEM. 3	Je pense à TROIS choses qui me rendent fier de moi	Je me rappelle un souvenir agréable de l'été dernier	Je complète cette phrase : 'Je me sens en confiance quand...'	Je souris pendant 30 secondes puis j'observe ce qui se passe en moi	Je pense à une personne que j'apprécie et que je n'ai pas vue depuis longtemps	Si je pouvais avoir un super pouvoir, ce serait...	Je pense à quelque chose que j'ai appris à faire SEUL(E)
SEM. 4	Je décris une bonne habitude que j'ai dans ma vie	Je pense à mon super héros et répète cette phrase 'Je ne perds jamais, soit je gagne, soit j'apprends'	Je fais rire au moins une personne aujourd'hui.	Je raconte une de mes peurs en riant pendant mon récit	Je cite au moins CINQ choses importantes dans ma vie	Que pourrais-je faire pour que la planète se porte mieux ?	Je refais la consigne du calendrier que j'ai le plus aimée pendant ce mois