PIPSa
Pédagogie Interactive en Promotion de la Santé

J'me sens bizarre ! : cahier d'activités autour des émotions

2011 - fiche modifiée le 24 mai 2016

Cahier d'activités pour aller à la rencontre de cinq grandes émotions du quotidien : la colère, la joie, la tristesse, la peur et l'ennui.

Support	Carnet d'activités
Âge du public	A partir de 4 ans
Thèmes associés à cet outil	Compétences psychosociales, Expression de soi
Obtention	En centre de prêt
Participants	A partir de 1
Prix	Gratuit

PIPSa

PIPSa propose des pistes d'utilisation pour cet outil

Sur l'outil

Description selon l'éditeur

Matériel :

Livre broché (59 pages)

J'me sens bizarre ! : Cahier d'activités autour des émotions
Auteur : Sylvette
Illustrations : LilyGinn
Actes Sud Junior, 2011

Concept :

Ce cahier d'activités permet d'aborder cinq émotions : la colère, la joie, la tristesse, la peur et l'ennui, et incite l'enfant à les vivre pleinement.

Avec peintures, crayons, papier et carton les enfants sont invités à dégommer des Monstres à colère, construire des Boîteàgroschagrins, ou encore devenir un Chevalier du même pas peur.
"Un cahier plein d'idées pour s'amuser, se défouler et créer en toute liberté !"

Conseils d'utilisation

Voir l'onglet "Pistes d'utilisation".

Bon à savoir

Cet ouvrage est actuellement épuisé.
Disponible dans plusieurs bibliothèques de la FWB. (Voir ici la liste détaillée de Samarcande)

Où trouver l'outil

Chez l'éditeur :

Actes Sud Junior
18, rue Séguier
75006 - Paris
France
+33 (0)1 55 42 63 12
http://www.actes-sud-junior.fr

Dans les centres de prêt :
Centre liégeois de promotion de la santé
+32 (0)4 279.50.52 - promotion.sante@clps.be
http://www.clps.be
Catalogue : http://www.clps.be/outils-pédagogiques

Centre Local de Promotion de la Santé de l'arrondissement de Verviers
+32 (0)87 35 15 03 - s.vilenne@clpsverviers.be
https://www.clpsverviers.be/

Centre local de promotion de la santé du Brabant wallon
+32 (0)10 62 17 62 - info@clps-bw.be
http://www.clps-bw.be
Catalogue : http://www.clps-bw.be/que-proposons-nous/centre-de-documentation

Samarcande (catalogues collectifs des bibliothèques publiques de la FWB)
https://www.samarcande-bibliotheques.be

Bibliothèque pédagogique et d'animation Elisabeth Carter
+32 (0)2 279 59 30 - bib.pedagogique@brucity.education
https://biblio.brussels/iguana/www.main.cls?surl=bruxelles_bibliotheque_elisabeth_carter

Pistes d'utilisation

Support d'animation / expression

Thème :expression de soi, compétences psychosociales

Support :cahier d'activités

Description

Ce grand cahier d'activités (format ouvert plus grand que A3) permet de visiter les cinq grandes émotions du quotidien : la colère, la joie, la tristesse, la peur et l'ennui.

Le livre propose des activités quand les émotions débordent :
- Si la colère se pointe
- Si tu es à la limite de t'envoler de joie
- Si la larme est tenace
- Si le trouillomètre est activé
- Si le chaipaquoifaire s'installe

Comment l'utiliser

Utilisation individuelle ou avec un adulte (pour la lecture des consignes et l'appui bricolage dans certaines activités), permet de mettre des mots et donne la possibilité d'extérioriser ses émotions. A la maison, à l'école, en thérapie.

Public

A partir de 6-7 ans.

Temps d'appropriation

Rapide

En quoi il est soutenant pour la promotion de la santé ?

Il permet un exutoire aux émotions de l'enfant, une verbalisation d'un vécu, une mise à distance par la symbolisation. L'outil contribue au développement de l'intelligence émotionnelle et donc aux compétences psychosociales.

Temps de préparation :

Points forts :

Exutoire aux émotions, verbalisation et symbolisation du vécu, approche créative.

Points d'attention :

Utilisation avec un adulte pour les plus jeunes (lecture des consignes et appui bricolage pour certaines activités).

Sujets abordés :

Explorer les 5 grandes émotions du quotidien : colère, joie, tristesse, peur et ennui.

Date de l'avis : 10 mai 2016