



# 30 activités ≡ 100% amitié ≡



Postée il y a 3 min.



## Mots doux à emporter

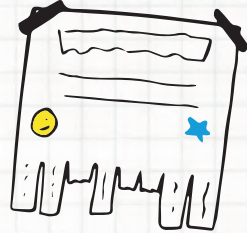
**But :** Renforcer le lien entre les amis et renforcer l'estime de soi.

**Âge :** À partir de 6 ans

**Durée :** 5 minutes

**Nombre de participants :** Seul ou à plusieurs

**Matériel :** Une feuille de papier  
Une règle  
Des feutres  
Une paire de ciseaux



### DÉROULEMENT :

1/ Trace les contours de ta grille à compliments ou encouragements. Fais un rectangle de 10 cm de largeur et de 12 cm de longueur. À 5 cm, dans la longueur, trace un trait puis marque les traits des languettes à 1 cm.

2/ Dans le grand rectangle écrire : Encouragements à offrir ou Un compliment peut changer une vie. Dans les languettes, écris les encouragements ou les compliments.

Encouragements à offrir	Un compliment peut changer une vie !
Bravo, continue !	On l'a fait ensemble !
C'est formidable !	Tu es trop fort-e.
N'abandonne pas, tiens bon !	Tu es unique.
Ne lâche rien, c'est bien !	Tu es incroyable.
Courage tu vas y arriver !	Tu es phénoménal-e.

4/ Découpe les bords les plus longs de la languette et laisse les plus courts accrochés au papier.

3/ Accroche-le où tu veux pour que tes copains emportent des languettes avec eux et ainsi emportent un peu de toi !

**ON COGITE, ON DISCUTE :** Que ressens-tu lorsqu'on te complimente ou lorsqu'on t'encourage ? Est-ce que toi aussi tu sais le faire pour un copain ?



# 30 activités ≡ 100% amitié ≡

Il est vraiment très important de savoir être heureux lorsqu'on est tout seul, mais avec des copains, c'est tellement plus chouette ! Un ami est une personne proche de toi, en qui tu as confiance et qui augmente le niveau de bonheur dans ta vie. Avec lui, tu partages des moments intenses, des fous-rires mais aussi des disputes qui peuvent aller jusqu'à la séparation. L'amitié ça peut parfois être compliqué. Il faut apprendre à l'entretenir et la cultiver.

Dans ce carnet, tu trouveras des fiches infos et pratiques, des jeux, des bricolages, des recettes de cuisine, des activités de temps calmes, déclinés en 3 grandes parties. La première partie te permettra de te recentrer pour être, d'abord, bien avec toi-même. La seconde, t'encouragera à découvrir ou redécouvrir tes copains. Et enfin, la dernière partie t'incitera à cultiver toutes tes belles amitiés comme un jardin de paix 100% amitié.

*L'Action Catholique des Enfants est un mouvement d'éducation populaire. Elle rassemble partout en France les enfants de 6 à 15 ans, quels que soient leur culture, leur milieu social, leur religion. En groupes de copains, accompagnés par des adultes attentifs à ce qu'ils vivent et disent, les enfants jouent, discutent et mènent des projets communs. À l'ACE, ils expérimentent une vie basée sur des valeurs qui leur permet de se construire et de devenir acteurs et citoyens.*

Déjà parus :



Fédération nationale de l'ACE – 63 avenue de la République – BP 700 – 92542 MONTRouGE Cedex  
contact@ace.asso.fr – www.ace.asso.fr – 01 55 48 03 23

Directrice de la publication : Chantal Viard / Rédactrice en chef : Marie-Julie Subervie / Secrétariat de rédaction :

Aline Awad / Relecture : Carmen Gonçalves / Maquette et illustrations : Within Art

Couverture et illustrations : Doriane Marimon / Imprimerie : www.veoprint.com

ISSN : 0760-6176 Dépôt légal à la date de parution, loi n°49-956 du 16 juillet 1949 sur les publications destinées à la jeunesse.

