



GROUPE D'ÂGE : MULTIÂGE

LE MUR DES MERCS

TON DÉFI? CRÉER UN MUR DES MERCS SUR LEQUEL LES JEUNES ILLUSTRERONT PAR DES PETITS MOTS, DES DESSINS ET DES COLLAGES DES CHOSES POSITIVES OU DES PERSONNES QUI ONT MIS DU SOLEIL DANS LEUR JOURNÉE. UN BELLE INTRODUCTION À LA GRATITUDE!

MATÉRIEL NÉCESSAIRE

- « CARTES MERCI »
- UN GRAND BABILLARD (OU DE GRANDS CARTONS PLACÉS AU MUR)
- PUNAISES OU RUBAN ADHÉSIF
- CRAYONS

DÉROULEMENT

1. PRÉPARE-TOI

Crée un mur des mercis sur un grand babillard ou sur de grands cartons placés au mur. Dans le cas où il serait interdit de placer des affiches au mur, il est possible de créer une banderole des mercis.

2. REMPLIS LES CARTES MERCI AVEC LES JEUNES

Chaque jeune décrit, dessine ou collime (« scrapbooke ») une chose positive ou une personne qui lui a fait du bien et pour laquelle il éprouve de la reconnaissance. Par exemple :

- une blague d'un ami
- un service rendu à quelqu'un
- sa chanson préférée qui a joué
- un jeu amusant durant la journée

3. GARNIS LE MUR DES MERCS

Les jeunes peuvent apposer leur carte au mur des mercis (ou l'accrocher à la banderole) afin de créer une grande mosaïque de gratitude.

4. FAIS-NOUS PART DE TON EXPÉRIENCE

N'oublie pas de prendre une photo de l'activité et de l'envoyer à info@treplinsante.ca!

VARIANTE MÉMS DE GRATITUDE

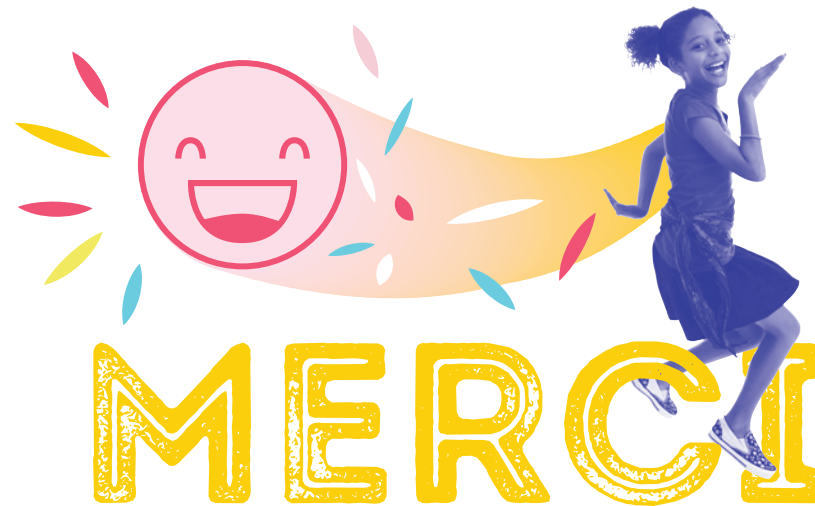
Les cartes merci (ou un petit bout de papier ou encore un simple papillon adhésif *Post-it*) peuvent également être remise en mains propres à une personne qu'un jeune aimerait remercier (animateur, ami, personne de soutien, etc.).



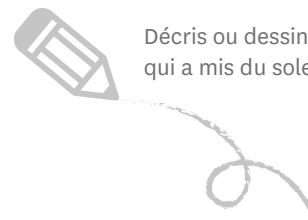
Décris ou dessine une chose positive ou une personne qui a mis du soleil dans ta journée.



DE _____



Décris ou dessine une chose positive ou une personne qui a mis du soleil dans ta journée.



DE _____