



connectquest.ca/fr

Les bons amis sont...

Fiche d'activité



Cette activité t'aide à identifier les qualités que toi et les autres élèves recherchez chez un ami. Tu peux ainsi remarquer ces traits de caractère chez les autres (et chez toi-même) et établir des liens significatifs. Des amitiés solides peuvent contribuer à ton bien-être en t'aidant à te sentir inclus, compris et accepté.

Instructions

1. Utilise les questions de réflexion ci-dessous pour trouver des idées pour ton affiche « Les bons amis sont... ». Réfléchis seul, avec un partenaire ou en groupe.
2. Crée ton affiche « Les bons amis sont... » à l'aide de feuilles de papier vierges et de stylos, crayons ou marqueurs. Décris les qualités d'un bon ami à l'aide de mots, de dessins ou d'une autre méthode créative !
3. Partage tes affiches avec les autres et vois quelles qualités vous avez en commun.
4. Écris ton nom sur les affiches « Les bons amis sont... » et affiche-les dans ta classe. Tu peux également les accrocher dans le couloir afin que les autres puissent voir ce qu'est un bon ami.
5. Encourage les autres élèves à participer et crée un « grand mur de l'amitié » dans ton école !

Questions de réflexion

- Pourquoi l'amitié est-elle importante ?
- Qu'est-ce qui fait qu'une personne est un bon ami ?
- Quelles qualités apprécies-tu chez un ami ? (par exemple, honnête, loyal, aime rire, gentil, etc.)
- Qu'est-ce qui fait de toi un bon ami ?



Les bons amis écoutent, se soucient des autres et font en sorte que chacun se sente inclus. Lorsque tu sais ce qui fait un bon ami, tu peux toi aussi en être un, pour les autres et pour toi-même.



School
Mental Health
Ontario

Santé mentale
en milieu scolaire
Ontario

Le but de « Mission connexion » est de créer des liens solides avec toi-même, les autres et le monde autour de toi. Quand tu te sens connecté, c'est plus facile de faire des choix réfléchis sur l'usage de substances et ton utilisation des appareils.