



connectquest.ca/fr

Serpent de pierres

Fiche d'activité



Créer un serpent de pierres est une façon amusante et créative de rassembler les gens. Chaque personne décore une pierre avec son propre dessin, mot ou message. Lorsque toutes les pierres sont placées en ligne, elles forment un long serpent coloré. Il peut continuer à s'allonger à mesure que d'autres personnes se joignent au projet. Travailler ensemble sur un projet commun t'aide à créer des liens et un sentiment d'appartenance.

Instructions

1. Travaille en équipe pour installer le poste de peinture sur pierre.
2. Consulte la liste d'idées de motifs et de messages fournie pour trouver l'inspiration.
3. Partage tes idées avec tous les participants.
4. Peins et décore ta pierre en utilisant les mots, symboles ou images que tu as choisi.
5. Ajoute ta pierre au serpent qui s'allonge. Observe comment il change à mesure que les autres ajoutent les leurs !
6. Discute de ce que tu as ressenti en créant quelque chose ensemble.
7. Bonus : pense à utiliser l'une des idées « solides comme le roc » pour de prochains projets d'art avec des roches.

Liste d'idées

Mots : Amour • Paix • Bienvenue • Brille • Courage • Équilibre • Souris

Messages : Tu es aimé • Tu es formidable • Reste calme • La santé est une richesse • Continue

• Les amis rendent la vie douce • Tu comptes • Sois gentil avec toi-même • Tu peux y arriver

Images : Animaux • Cœurs • Fleurs • Fruits • Arcs-en-ciel • Étoiles • Arbres • Soleil ou lune • Éclairs

• Notes de musique • Vagues • Montagnes

Idées « solides comme le roc »

Voici quelques idées pour poursuivre ton projet de serpents de pierre :

- Cache des pierres peintes avec des indices ou des messages, comme dans une chasse au trésor.
- Organise une « tombola de pierres » où tous les participants peuvent remporter une pierre peinte avec un message gentil.
- Construis un « tas de gratitude » où chaque semaine, tu ajoutes une pierre avec un mot ou une image exprimant ta gratitude.
- Utilise ton serpent de pierres comme « chemin d'accueil » lors des événements scolaires. Il guidera les gens vers le plaisir !



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.