

Cette semaine...

J'écris quelque chose de positif à chaque jour!

Lundi...

Mardi...

Mercredi...

Jeudi...

Vendredi...

Samedi...

Dimanche...



? Quoi écrire *Enfants*

- Quelle est la meilleure chose qui te soit arrivée aujourd'hui?
- Qui te fait sentir aimé et pourquoi?
- Qu'est-ce qui te rend content?
- Quelle est ton activité extérieure préférée?
- Identifie quelqu'un qui t'a aidé et comment!
- Quelle a été ton activité préférée pendant la fin de semaine?
- Identifie quelqu'un qui a été gentil avec toi et comment!
- Quelle est ton activité préférée à faire à la maison?
- Identifie une personne que tu aimes et pourquoi!
- Qu'est-ce que tu aimes le plus de ta famille?
- Aujourd'hui, j'ai souri parce que...



? Quoi écrire *Parents*

- Nommez quelque chose qui vous a fait sourire aujourd'hui!
 - Nommez quelque chose qui vous a fait rire!
 - Identifiez une activité dans laquelle vous êtes doué!
 - Identifiez ce que vous avez le plus aimé aujourd'hui!
 - Nommez un acte de gentillesse que quelqu'un a eu envers vous!
 - Identifiez quelque chose qui rend votre vie plus facile!
 - Nommez une chose dont vous êtes reconnaissant dans votre vie personnelle et pourquoi!
- Identifiez votre moment préféré de la journée!
 - Identifiez quelqu'un qui vous inspire et pourquoi!
 - Nommez une action que vous avez posée et qui vous garde en santé!
 - Identifiez une chose en lien avec vos amitiés dont vous êtes reconnaissant!
 - Nommez un élément que vous appréciez de cette saison!

