




















 <p>COLERE</p>	 <p>Va crier dans un coussin puis va le secouer dehors pour faire s'envoler la colère</p>	 <p>Fais un câlin à la personne de ton choix</p>	 <p>TRISTESSE</p>
 <p>Dessine une grosse colère</p>	<p>Chante une chanson qui te donne le sourire</p> 	<p>objectifbienveillance.com</p>	
 <p>Respire 3 fois profondément en fermant les yeux</p>	<p>En quoi pourrais-tu transformer ta peur pour qu'elle devienne marrante?</p>	<p>Montre ton amour à quelqu'un que tu aimes</p>	<p>Raconte une belle chose qui t'a donné le sourire aujourd'hui!</p> 
 <p>PEUR</p>			 <p>JOIE</p>

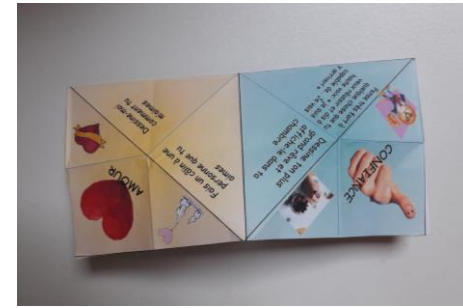
 <p>AMOUR</p>	 <p>Dessines ce que tu aimes le plus</p>	 <p>Fais une surprise à quelqu'un que tu aimes</p>	 <p>SURPRISE</p>
 <p>Fais un câlin à une personne que tu aimes</p>	<p>Fais un câlin à une personne que tu aimes</p>	<p>Fais un câlin à une personne que tu aimes</p>	 <p>Raconte-moi la dernière fois que tu as été surpris(e)</p>
<p>objectifbienveillance.com</p>			
 <p>CONFIANCE</p>	 <p>Pense très fort à quelque chose que tu veux réussir et dis à haute voix: « je suis capable de... Je vais y arriver! »</p>	 <p>Penses à ton endroit préféré; Dis-moi ce que tu vois, ce que tu entends, que tu préfères;</p>	 <p>JOIE</p>
<p>Dessine ton plus grand rêve et affiche-le dans ta chambre</p>	<p>Dis-moi quelle est ta couleur préférée et trouve un objet autour de toi qui a cette couleur</p>	<p>Dis-moi quelle est ta couleur préférée et trouve un objet autour de toi qui a cette couleur</p>	



Découpez les contours de la cocotte



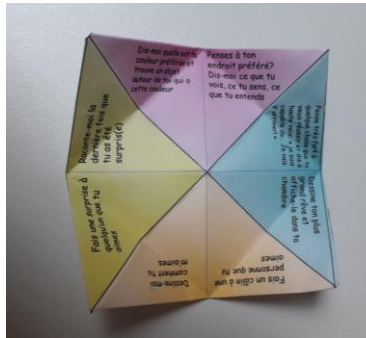
Pliez en sur la ligne horizontale



Pliez en sur la ligne verticale



Ramenez chaque angle au centre et marquez la pliure



En gardant les pliages, retournez votre cocotte afin d'avoir la partie écrite devant vous



De nouveau, ramenez chaque angle au centre et marquez la pliure



Marquez bien chaque pliure



Votre cocotte est prête!