

INTEGRATION LINGUISTIQUE, SCOLAIRE ET SOCIALE

Semaine du 4 mai 2020

La météo du cœur	1
Consigne à l'élève	1
Matériel requis	1
Information aux parents.....	1
Annexe – La météo du cœur	2
On se calme!.....	6
Consigne à l'élève	6
Matériel requis	6
Information aux parents.....	6
Annexe – On se calme! – Questions-réponses	7
Annexe – On se calme! Questions-réponses	12
Corrigé.....	12
Comment te sens-tu aujourd'hui? – Les émotions.....	14
Consigne à l'élève	14
Matériel requis	14
Information aux parents.....	14
Annexe – Le lexique des émotions	15
Annexe – Le lexique des émotions	17
Corrigé.....	17
Annexe – Comment te sens-tu aujourd'hui?.....	19
Annexe – Comment te sens-tu aujourd'hui?.....	21
Corrigé.....	21
Le journal des émotions.....	22
Consigne à l'élève	22
Matériel requis	22
Information aux parents.....	22
Annexe – Le journal des émotions.....	23
Annexe – Le journal des émotions.....	26
Corrigé.....	26

La météo du cœur

Débutant (paliers 1-2)

Consigne à l'élève

- Remplis le journal *La météo du cœur* (annexe) tous les jours.
- Optionnel :
 - regarde la météo du jour;
 - consulte le lexique audio sur la météo : <https://www.languageguide.org/french/vocabulary/weather/>.



Matériel requis

- Ordinateur, tablette ou téléphone.
- Papier, crayon, crayons de couleur.
- Annexe.
- Optionnel : imprimante.



Information aux parents

À propos de l'activité

Votre enfant s'exercera à :

- écouter le français;
- apprendre du nouveau vocabulaire;
- recopier des mots en français;
- se questionner sur ce qu'il ressent;
- observer ce qui l'entoure;
- comparer une journée à une autre, un endroit à un autre.

Vous pourriez :

- aider votre enfant à comprendre des nouveaux mots;
- discuter (en français ou dans votre langue) de ce qu'il ressent dans différentes situations;
- discuter de la météo et du temps qu'il fait à différents endroits dans le monde;
- aider votre enfant à remplir son journal météo (annexe).


Crédits : Activité proposée par l'équipe ILSS, Commission scolaire de la Région-de-Sherbrooke, printemps 2020

Annexe – La météo du cœur

Débutant (paliers 1-2)






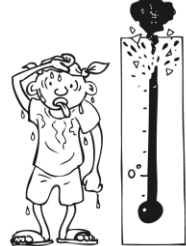
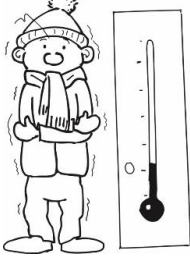



- À l'aide de feuilles de papier, fabrique un journal pour observer et noter la météo de ton cœur :
 - tous les jours, regarde dehors et note ce que tu vois;
 - tous les jours, regarde dans ton cœur et note comment tu te sens.

- Regarde
 - le lexique de la météo :
<https://www.languageguide.org/french/vocabulary/weather/>;
 - le lexique des émotions (voir les pages suivantes de cette annexe).

- Remplis ton journal avec : 
 - la date;
 - la météo de la journée (tu peux écrire des mots ou dessiner);
 - la température de la journée dans la ville où tu habites;
 - la température de la journée dans une autre ville que tu connais;
 - comment tu te sens (tu peux écrire des mots ou dessiner).


Lexique de la météo

<https://www.languageguide.org/french/vocabulary/weather/>

	<p>La pluie. Il pleut.</p>		<p>Le soleil. Il fait beau.</p>
	<p>Le vent. Du vent. Il vente. Il y a du vent.</p>		<p>La neige. Il neige.</p>
	<p>Des nuages. C'est nuageux.</p>		<p>La chaleur. Il fait chaud.</p>
	<p>Le froid. Il fait froid.</p>		<p>La brume. C'est brumeux.</p>
	<p>Les éclairs. Il y a des éclairs.</p>		<p>Un thermomètre. La température. Il fait 22 °C.</p>

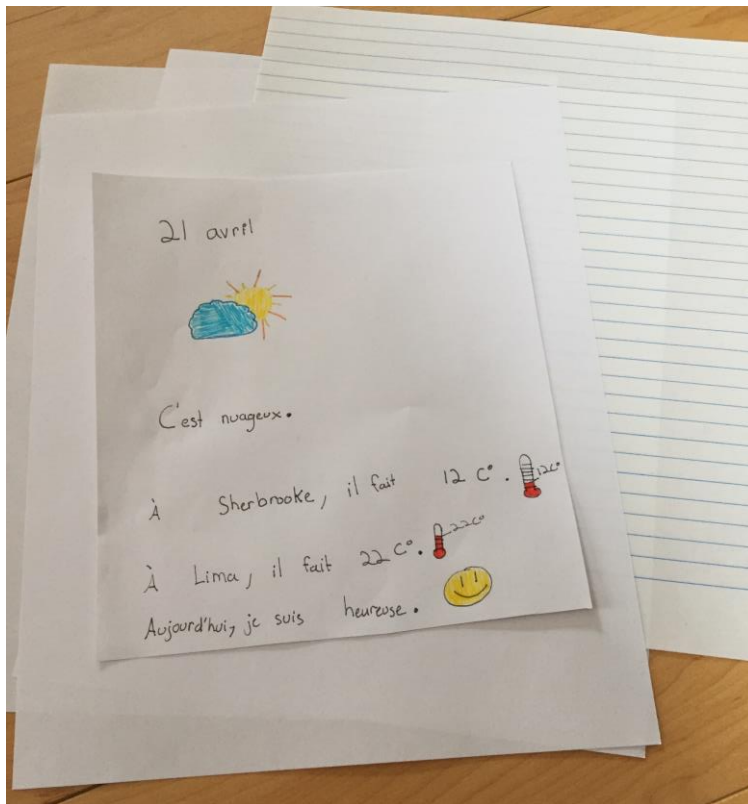
Source des images : <http://www.cndp.fr/crdp-dijon/-Clic-images-.html>

Lexique des émotions

 <p>Je suis...  /  triste</p>	 <p>Je suis...  /  surprise / surpris</p>
 <p>Je suis...  /  contente / content</p>	 <p>Je suis...  /  joyeuse / joyeux</p>
 <p>Je suis...  /  en colère</p>	 <p>Je suis...  /  fâchée / fâché</p>
 <p>Je suis...  /  excitée / excité</p>	 <p>J'ai...  /  peur</p>

Source des images : <https://pixabay.com/>

Remplis ton journal comme dans l'exemple :



Date : _____

Quel temps fait-il aujourd'hui? _____

À _____, il fait _____

À _____, il fait _____

Comment te sens-tu aujourd'hui? _____

On se calme!

Intermédiaire-avancé (paliers 2-3-4)

Consigne à l'élève

- Écoute la vidéo de Brain Pop sur la résolution de conflit : <https://fr.brainpop.com/histoiregeoandsociete/societe/resolutiondeconflit/>
- Active les sous-titres pour faciliter la compréhension.
- Complète l'annexe *On se calme! Questions-réponses*.



Matériel requis

- Ordinateur, tablette ou téléphone.
- Papier, crayon.
- Annexe.
- Optionnel : imprimante.



Information aux parents

À propos de l'activité

Votre enfant s'exercera à :

- écouter une autre variété de français;
- dégager des informations écrites et visuelles;
- lire le français;
- apprendre du nouveau vocabulaire;
- écrire en français;
- utiliser différents moyens pour surmonter ses difficultés de compréhension (sous-titres et logiciels de traduction).

Vous pourriez :

- écouter la vidéo avec votre enfant;
- aider votre enfant à comprendre des nouveaux mots ou à en chercher le sens dans un dictionnaire ou un logiciel de traduction;
- encourager votre enfant à écrire (dans la langue de son choix) sur les conflits vécus;
- discuter avec votre enfant (en français ou dans votre langue) d'une façon de résoudre ces conflits.

Annexe – On se calme! – Questions-réponses

Intermédiaire (paliers 2-3)

- Écoute la vidéo de *Brain Pop* sur la résolution de conflit : <https://fr.brainpop.com/histoiregeoandsociete/societe/resolutiondeconflit/>.
N'oublie pas d'appuyer sur le bouton ST pour lire les sous-titres.
- Lis les questions de Sarah, Tom et Rémi à Thomas et Moby.
- Lis les réponses de Thomas et Moby.
- Associe chaque réponse à la bonne question en notant la lettre correspondante.
- Complète les mots qui manquent dans les réponses de Thomas et Moby.
- Pense à un conflit que tu as vécu. Essaie de le décrire (en français ou dans une autre langue que tu connais).

Questions

Question 1

Chers Thomas et Moby,

À cause de la fermeture des écoles, je dois rester à la maison tous les jours. Je passe les journées, avec ma grande sœur et mes deux petits frères. Mes parents travaillent. Ils n'ont pas le temps de s'occuper de nous. Ma sœur utilise son téléphone toute la journée pour parler avec ses amies. Moi, je n'ai pas de téléphone, alors je joue aux voitures, aux ambulances et aux policiers avec mes deux petits frères. En plus, ma sœur nous crie après parce qu'on fait trop de bruit! Je trouve que c'est injuste et ça me fâche beaucoup. Qu'est-ce que je peux faire?

Sarah

Réponse _____

Question 2

Chers Thomas et Moby,

Quelle malchance d'être fils unique pendant le confinement! Je ne peux pas sortir voir mes amis. Je n'ai personne avec qui jouer. En plus, mon père ne veut pas me prêter son ordinateur ni son téléphone, car il en a besoin toute la journée pour son travail. J'ai lu tous les livres qui sont dans ma chambre et je suis tanné de mes jeux. Qu'est-ce que je peux faire?*

Rémi

*Tanné : mot utilisé au Québec pour dire qu'on est fatigué ou incapable de tolérer quelque chose.

Réponse _____

Question 3

Chers Thomas et Moby,

Depuis le début du confinement, je me sens très frustré! Ma mère n'arrête pas de me dire quoi faire toute la journée. Je dois faire beaucoup d'exercices de maths et de français et j'ai plein de livres difficiles à lire. Je dois aider ma mère à préparer le souper et à nettoyer la maison. Je veux pouvoir choisir moi-même mes activités. Je veux pouvoir lire des BD... et aussi, j'aimerais me reposer un peu et ne rien faire! Qu'est-ce que je peux faire?*

Tom

*Un confinement : lors d'un confinement, les gens sont forcés de rester chez eux pour éviter la propagation d'un virus, par exemple.

Réponse _____

Réponses**Réponse A**

Bonjour _____,

Je te suggère d'aller parler à ton _____ pour lui expliquer comment tu te sens. Tu peux lui dire que tu comprends son besoin de travailler pendant la journée, mais que tu trouves difficile de passer toute la journée tout seul. Tu as besoin de communiquer avec tes _____! Tu pourrais proposer à ton père de le laisser tranquille pendant la _____ pendant que tu t'occupes à écrire et à dessiner tes propres histoires. Le soir, tu pourrais lui emprunter son _____ ou son _____ pour parler avec tes amis et peut-être même leur envoyer des photos de tes histoires!

Thomas et Moby

Réponse B

Bonjour Sarah,

Je te suggère d'aller parler à ta grande _____ pour lui expliquer comment tu te sens. Tu peux lui dire que tu comprends son besoin de parler à ses _____, mais que tu trouves _____ de passer toute la journée à jouer avec tes frères. Toi aussi, tu as besoin de prendre du temps pour toi*. Tu peux lui proposer de garder tes petits _____ dans une autre chambre pendant qu'elle téléphone à ses amies. Après son appel, elle pourrait s'occuper d'eux pendant que tu prends du temps pour toi. Elle va peut-être même te prêter son _____!

Thomas et Moby

Réponse C

Bonjour _____,

Je te suggère d'aller parler à ta _____ pour lui expliquer comment tu te sens. Tu peux lui dire que tu comprends son besoin de vouloir s'occuper de toi et de te donner des _____ à faire. Tu peux lui dire que tu trouves difficile de préparer le _____ et de _____ la maison. Tu as besoin de te reposer et de faire les activités que tu aimes et qui te relaxent. Tu peux lui demander de l'aide pour lire des _____ difficiles. Vous pouvez lire les premières pages ensemble et ensuite tu peux continuer à lire ces livres tout seul. Tu peux demander à ta mère de prendre des pauses pour lire des _____. Tu peux lui rappeler que la lecture, c'est aussi pour le plaisir!

Thomas et Moby

Intermédiaire-avancé (paliers 3-4)



Et toi, vis-tu des conflits en ce moment?

Raconte (en français ou dans une autre langue) un conflit que tu as vécu.

Annexe – On se calme! Questions-réponses

Corrigé

Intermédiaire (paliers 2-3)

Réponse A : QUESTION 2

Bonjour ____RÉMI____!

Je te suggère d'aller parler à ton ____PÈRE____ pour lui expliquer comment tu te sens. Tu peux lui dire que tu comprends son besoin de travailler pendant la journée, mais que tu trouves difficile de passer toute la journée tout seul. Tu as besoin de communiquer avec tes ____AMIS____! Tu pourrais proposer à ton père de le laisser tranquille pendant la ____JOURNÉE____ pendant que tu t'occupes à écrire et à dessiner tes propres histoires. Le soir, tu pourrais lui emprunter son ____TÉLÉPHONE____ ou son ____ORDINATEUR____ pour parler avec tes amis et peut-être même leur envoyer des photos de tes histoires!

Thomas et Moby

Réponse B : QUESTION 1

Bonjour Sarah,

Je te suggère d'aller parler à ta grande ____SOEUR____ pour lui expliquer comment tu te sens. Tu peux lui dire que tu comprends son besoin de parler à ses ____AMIES____, mais que tu trouves ____DIFFICILE____ de passer toute la journée à jouer avec tes frères. Toi aussi, tu as besoin de prendre du temps pour toi*. Tu peux lui proposer de garder tes petits ____FRÈRES____ dans une autre chambre pendant qu'elle téléphone à ses amies. Après son appel, elle pourrait s'occuper d'eux pendant que tu prends du temps pour toi. Elle va peut-être même te prêter son ____TÉLÉPHONE____!

Thomas et Moby

*Prendre du temps pour soi : se permettre du temps pour faire des choses que l'on aime (et pas les choses que l'on fait pour d'autres personnes).

Réponse C : QUESTION 3

Bonjour ___TOM___!




Je te suggère d'aller parler à ta ___MÈRE___ pour lui expliquer comment tu te sens. Tu peux lui dire que tu comprends son besoin de vouloir s'occuper de toi et de te donner des ___EXERCICES___ à faire. Tu peux lui dire que tu trouves difficile de préparer le ___SOUPER___ et de ___NETTOYER___ la maison. Tu as besoin de te reposer et de faire les activités que tu aimes et qui te relaxent. Tu peux lui demander de l'aide pour lire des ___LIVRES___ difficiles. Vous pouvez lire les premières pages ensemble et ensuite tu peux continuer à lire ces livres tout seul. Tu peux demander à ta mère de prendre des pauses pour lire des ___BD___. Tu peux lui rappeler que la lecture, c'est aussi pour le plaisir!

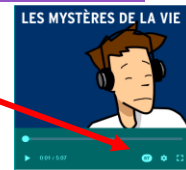
Thomas et Moby

Comment te sens-tu aujourd'hui? – Les émotions

Débutant (paliers 1-2)

Consigne à l'élève

- Écoute la vidéo l'Adolescence sur Brain Pop. 
- <https://fr.brainpop.com/sciencesdelavie/croissancedeveloppementetgenetique/adolescence/>
- Mets les sous-titres pour t'aider à comprendre. 
- Complète le lexique des émotions (annexe). 
- Complète les phrases Comment te sens-tu aujourd'hui? (annexe).



Matériel requis

- Un ordinateur, une tablette ou un téléphone pour la vidéo seulement.
- Annexes.
- Papier, crayons.
- Optionnel : imprimante, Google Traduction, dictionnaire.



Information aux parents

À propos de l'activité

Votre enfant s'exercera à :

- écouter une autre variété de français;
- utiliser différents moyens pour surmonter ses difficultés de compréhension (sous-titres et logiciels de traduction);
- trouver des synonymes de mots en français;
- s'informer sur les changements qui surviennent à l'adolescence;
- se servir d'indices pour comprendre ce qui est attendu de lui.

Vous pourriez :

- écouter la vidéo avec votre enfant;
- aider votre enfant à comprendre des nouveaux mots ou à en chercher le sens dans un dictionnaire ou un logiciel de traduction;
- discuter (en français ou dans votre langue) des différentes émotions vécues dans une même journée et du caractère temporaire des émotions;
- encourager votre enfant à écrire (dans la langue de son choix) les émotions qu'il vit dans un journal.

Annexe – Le lexique des émotions













Débutant (paliers 1-2)

- Observe le lexique.
- Complète le lexique avec les mots manquants.

- incrédule
- enragée/enragé
- heureuse/heureux
- triste
- stressée/stressé
- agacée/agacé

 <p>Je suis...</p>  /  <p>bouleversée/bouleversé paniquée/paniqué</p> <ul style="list-style-type: none"> • _____/_____ 	 <p>Je suis...</p>  /  <p>exaspérée/exaspéré irritée/irrité énervée/énervé</p> <ul style="list-style-type: none"> • _____/_____
 <p>Je suis...</p>  /  <p>excitée/excité</p>	 <p>Je suis...</p>  /  <p>effrayée/effrayé J'ai peur</p>
 <p>Je suis...</p>  /  <p>découragée/découragé démotivée/démotivé</p>	 <p>Je suis...</p>  /  <p>contente/content</p> <ul style="list-style-type: none"> • _____/_____
 <p>Je suis...</p>  /  <p>méfiante/méfiant suspicieuse/suspicieux</p>	 <p>Je suis...</p>  /  <p>en colère</p> <ul style="list-style-type: none"> • _____/_____

--	--

 <p>Je suis...  /  déprimée/déprimé • _____</p>	 <p>Je suis...  /  ravie/ravi joyeuse/joyeux</p>
 <p>Je suis...  /  fâchée/fâché</p>	 <p>Je suis...  /  surprise/surpris étonnée/étonné • _____</p>

Source des images : <https://pixabay.com/>

Annexe – Le lexique des émotions

Corrigé

Débutant (paliers 1-2)

 <p>Je suis...  /  bouleversée/bouleversé paniquée/paniqué stressée/stressé</p>	 <p>Je suis...  /  exaspérée/exaspéré irritée/irrité énervée/énervé agacée/agacé</p>
 <p>Je suis...  /  excitée/excité</p>	 <p>Je suis...  /  effrayée/effrayé J'ai peur</p>
 <p>Je suis...  /  découragée/découragé démotivée/démotivé</p>	 <p>Je suis...  /  contente/content heureuse/heureux</p>
 <p>Je suis...  /  méfiante/méfiant suspicieuse/suspicieux</p>	 <p>Je suis...  /  en colère enragée/enragé</p>
 <p>Je suis...  /  déprimée/déprimé triste</p>	 <p>Je suis...  /  ravie/ravi joyeuse/joyeux</p>



Je suis...



fâchée/fâché



Je suis...






surprise/surpris

étonnée/étonné

incrédule

Annexe – Comment te sens-tu aujourd’hui?

Débutant (paliers 1-2)

- Lis les phrases. 
 - Complète les phrases à l’aide du lexique des émotions. 
- Vérifie si c’est une fille ou un garçon pour savoir comment se termine le mot. 



Exemple :

- J’ai trouvé un super téléphone à vendre sur *Kijiji*. Ce n’est vraiment pas cher. Je me demande

si c’est une anarque. Je suis _____ **suspicieuse** _____.



1. Je veux voir mes amis, mais ma mère ne veut pas que je sorte. Grrrr, je suis

_____.



2. Je dois faire un travail de mathématique, mais je n’y comprends rien. Je suis

_____.









3. Tout à l’heure, mon ami a frappé à ma porte et je suis allé ouvrir la fenêtre de ma chambre.

Nous avons parlé quelques minutes. Ça m’a fait plaisir et beaucoup de bien. Je suis

_____.



4. J'ai écouté un film à la télévision. J'ai beaucoup pleuré car les images me rappelaient mon pays et mes amis. Je suis _____ 
5. Ma sœur prend mes vêtements sans me le demander. Elle a sali mon chandail. Je suis _____ 
6. Mon petit frère veut jouer aux petites voitures avec moi. Il me demande de jouer avec lui au moins 15 fois par jour! Ça m'énerve! Je me sens _____ 
7. J'ai appris une bien triste nouvelle. La grand-mère de mon amie est décédée. Mon amie est _____ 
8. Mon grand frère m'a montré comment jouer une chanson avec sa guitare et m'a dit que j'étais bon. Je suis _____ 
9. Je lis un livre en français depuis une semaine. Hier, j'ai réussi à le terminer! Je ne pensais pas que j'étais capable de finir ce livre! Je suis _____ 

Annexe – Comment te sens-tu aujourd'hui?

Corrigé




Débutant (paliers 1-2)

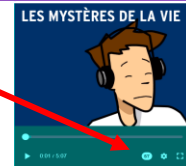
1. Je veux voir mes amis, mais ma mère ne veut pas que je sorte. Grrrr, je suis _____AGACÉ, FÂCHÉ_____.
2. Je dois faire un travail de mathématique, mais je n'y comprends rien. Je suis _____STRESSÉE, DÉCOURAGÉE_____.
3. Tout à l'heure, mon ami a frappé à ma porte et je suis allé ouvrir la fenêtre de ma chambre. Nous avons parlé quelques minutes. Ça m'a fait plaisir et beaucoup de bien. Je suis _____HEUREUX, EXCITÉ_____.
4. J'ai écouté un film à la télévision. J'ai beaucoup pleuré car les images me rappelaient mon pays et mes amis. Je suis _____TRISTE_____.
5. Ma sœur prend mes vêtements sans me le demander. Elle a sali mon chandail. Je suis _____ENRAGÉE, FÂCHÉE_____.
6. Mon petit frère veut jouer aux petites voitures avec moi. Il me demande de jouer avec lui au moins 15 fois par jour! Ça m'énerve! Je me sens _____AGACÉ_____.
7. J'ai appris une bien triste nouvelle. La grand-mère de mon amie est décédée. Mon amie est _____TRISTE, BOULEVERSÉE_____.
8. Mon grand frère m'a montré comment jouer une chanson avec sa guitare et m'a dit que j'étais bon. Je suis _____CONTENT, HEUREUX_____.
9. Je lis un livre en français depuis une semaine. Hier, j'ai réussi à le terminer! Je ne pensais pas que j'étais capable de finir ce livre! Je suis _____INCRÉDULE, ÉTONNÉE, SURPRISE_____.

Le journal des émotions

Intermédiaire et avancé (paliers 2-3-4)

Consigne à l'élève

- Écoute la vidéo l'Adolescence sur Brain Pop :  <https://fr.brainpop.com/sciencesdelavie/croissanceetdeveloppementetgenetique/adolescence/>
- Mets les sous-titres pour t'aider à comprendre. 
- Complète le lexique des émotions (annexe). 
- Complète le journal des émotions (annexe).
- Pour le plaisir :
 - invente la fin du journal de Laura;
 - écris ton propre journal dans la langue de ton choix.



Matériel requis

- Un ordinateur, une tablette ou un téléphone pour la vidéo seulement.
 - Annexes.
 - Papier, crayons.
- Optionnel : imprimante, Google Traduction, dictionnaire.



Information aux parents

À propos de l'activité

Votre enfant s'exercera à :



- écouter une autre variété de français;
- utiliser différents moyens pour surmonter ses difficultés de compréhension (tels que des sous-titres et des logiciels de traduction);
- trouver des synonymes de mots en français;
- se servir d'indices pour comprendre ce qui est attendu de lui;
- s'informer sur les changements qui surviennent à l'adolescence;
- écrire pour le plaisir (en français ou dans la langue de son choix).

Vous pourriez :

- écouter la vidéo avec votre enfant;
- aider votre enfant à comprendre des nouveaux mots ou à en chercher le sens dans un dictionnaire ou un logiciel de traduction;
- discuter (en français ou dans votre langue) des différentes émotions vécues dans une même journée et du caractère temporaire des émotions;
- encourager votre enfant à écrire (dans la langue de son choix) les émotions qu'il vit dans un journal.

Annexe – Le journal des émotions

Intermédiaire et avancé (paliers 2-3-4)

- Lis les entrées de journaux intimes. 
- Remets le journal de Laura en ordre chronologique du plus ancien au plus récent.
- Retranscris, sans faire de fautes, les paragraphes aux bons endroits du tableau (annexe).
- En t'inspirant du lexique des émotions, tu peux :
 - inventer et écrire la suite du journal de Laura;
 - écrire ton propre journal en français ou dans la  langue de ton choix. Tu peux choisir de raconter des histoires et exprimer des sentiments réels ou inventés.

- ✓ *Vendredi, ils ont annoncé que les écoles allaient fermer lundi prochain. Quand je me suis réveillée, il neigeait. J'ai sorti les poubelles comme ma mère me l'avait demandé et le vent me pinçait les joues. Il faisait froid. Au fond, je suis contente qu'il n'y ait pas d'école ce matin et de rester à la maison. Je m'ennuie du soleil et des moments que je passais avec mes amis au bord de la mer.*
- ✓ *Aujourd'hui, je me sens beaucoup mieux qu'hier. Il fait beau. Le soleil brille. J'ai même vu des bourgeons dans les arbres. Plus que quelques jours avant le mois de mai. Je suis sortie avec mon frère. Pour lui faire plaisir, nous avons joué au soccer. Il était heureux. La journée était agréable. J'ai même discuté avec mes amis sur Facetime. Ils me manquent tellement...*
- ✓ *Ça fait un mois que mes journées se ressemblent toutes... Je ne sais même plus quel jour nous sommes : dimanche, lundi, mardi... je m'ennuie. J'ai vu quelque chose sur Internet aujourd'hui. Les gens se donnent des défis à relever*

et font toutes sortes de choses bizarres. Je me demande si c'est une bonne idée, si c'est cool de relever ces défis-là.

- ✓ Ahhhhhh!!! Je n'en peux plus!!! Ça fait deux semaines que mon petit frère a toujours le nez dans mes affaires! Il est toujours après moi... et ma mère qui me demande de m'en occuper toute la journée pour qu'elle puisse travailler. Je ne pensais pas dire ça un jour, mais je m'ennuie de l'école. C'est vrai que je ne parle pas beaucoup à l'école, mais au moins, j'ai la paix!

1.

2.

3. Je me sens mal, j'ai peur, je suis inquiète. Je viens de parler à ma grand-mère, qui est restée dans mon pays, et elle ne va pas bien. Elle tousse. J'espère qu'elle n'a pas attrapé ce virus. Ma mère dit que ça va bien aller, mais moi, je n'y crois pas. C'est ça qu'elle nous avait dit aussi avant de nous annoncer qu'on partait pour le Canada. Je veux seulement que les choses redeviennent comme avant.

4.

5. À la télé, on n'arrête pas de dire qu'ils ont besoin d'aide et qu'il y a plein de gens qui se portent volontaires. Plus j'y pense, plus j'aimerais ça aider les autres. J'ai eu une idée. Je vais téléphoner à Monsieur Trépagner. Je suis certaine qu'il a besoin d'aide. Il est seul et il a de la difficulté à marcher.

6.

Annexe – Le journal des émotions

Corrigé

Intermédiaire et avancé (paliers 2-3-4)

1. Vendredi, ils ont annoncé que les écoles allaient fermer. Quand je me suis réveillée, il neigeait. J'ai sorti les poubelles comme ma mère me l'avait demandé et le vent me pinçait les joues. Il faisait froid. Au fond, je suis contente qu'il n'y ait pas d'école ce matin et de rester à la maison. Je m'ennuie du soleil et des moments que je passais avec mes amis au bord de la mer.

2. Ahhhhhh!!! Je n'en peux plus!!! Ça fait deux semaines que mon petit frère a toujours le nez dans mes affaires! Il est toujours après moi... et ma mère qui me demande de m'en occuper toute la journée pour qu'elle puisse travailler. Je ne pensais pas dire ça un jour, mais je m'ennuie de l'école. C'est vrai que je ne parle pas beaucoup à l'école, mais au moins, j'ai la paix!

3. Je me sens mal, j'ai peur, je suis inquiète. Je viens de parler à ma grand-mère, qui est restée dans mon pays, et elle ne va pas bien. Elle tousse. J'espère qu'elle n'a pas attrapé ce virus. Ma mère dit que ça va bien aller, mais moi, je n'y crois pas. C'est ça qu'elle nous avait dit aussi avant de nous annoncer qu'on partait pour le Canada. Je veux seulement que les choses redeviennent comme avant.

4. Ça fait un mois que mes journées se ressemblent toutes... Je ne sais même plus quel jour nous sommes : dimanche, lundi, mardi... je m'ennuie. J'ai vu quelque chose sur Internet aujourd'hui. Les gens se donnent des défis à relever et font toutes sortes de choses bizarres. Je me demande si c'est une bonne idée, si c'est cool de relever ces défis-là.

5. À la télé, on n'arrête pas de dire qu'ils ont besoin d'aide et qu'il y a plein de gens qui se portent volontaires. Plus j'y pense, plus j'aimerais ça aider les autres. J'ai eu une idée. Je vais téléphoner à Monsieur Trépagner. Je suis certaine qu'il a besoin d'aide. Il est seul et il a de la difficulté à marcher.

6. Aujourd'hui, je me sens beaucoup mieux qu'hier. Il fait beau. Le soleil brille. J'ai même vu des bourgeons dans les arbres. Plus que quelques jours avant le mois de mai. Je suis sortie avec mon frère. Pour lui faire plaisir, nous avons joué au soccer. Il était heureux. La journée était agréable, j'ai même discuté avec mes amis sur Facetime. Ils me manquent tellement...