

# CALENDRIER DE L'AVENT AVEC ZIPPY



© PARTNERSHIP FOR CHILDREN 2021. TOUS DROITS RESERVES

24

23

22

21

20

19

18

17

16

15

14

13

12

11

10

9

8

7

6

5

4

3

2

1



Partnership for Children  
Good mental health for children - for life



Action for Integral Human Development  
www.aihd.mu



## Calendrier de l'avent Version enfant

<i>Je pense à des moments ou j'ai ressenti de la joie.</i>	<i>Aujourd'hui je souris à un souvenir agréable.</i>	<i>Je décore la maison pour Noël.</i>	<i>Je rends service à une personne.</i>	<i>Je joue à un jeu de société avec ceux les personnes que j'aime .</i>	<i>Je danse sur ma musique préférée.</i>
<i>Je m'excuse s'il m'arrive de faire du mal à une personne.</i>	<i>Je fais, je dessine ou j'écris quelque chose qui me rend fier.</i>	<i>Je prends des nouvelles d'une personne que j'aime.</i>	<i>J'écris/je dessine ou je dis comment je me sens aujourd'hui.</i>	<i>Je fais une activité que j'aime.</i>	<i>Je dessine quelque chose qui me rend heureux.</i>
<i>Je fais du sport, je respire profondément ou je m'étire.</i>	<i>J'apprécie la nature: le soleil, un oiseau, les nuages, la mer, une plante, le gazon.</i>	<i>Je dessine des cœurs sur du papier et je les distribue aux gens que j'aime.</i>	<i>Je fais une balade en fans la nature (plage, montagne...).</i>	<i>Je n'allume aucun écran et j'accorde mon attention aux personnes que j'aime.</i>	<i>Je pense aux 3 meilleurs moments de la journée et je dis MERCI!</i>
<i>Je dis aux personnes dont je suis proche ce que j'aime chez eux et vice versa.</i>	<i>Je mime un sentiment. Le premier qui trouve la bonne réponse mime à son tour un autre sentiment.</i>	<i>Si je me sens en colère, je trouve des moyens pour me calmer. Ex: boire de l'eau, respirer profondément, aller dans ma chambre etc.</i>	<i>Je trouve une solution à un problème sans me faire du mal, faire du mal à l'autre ou a l'environnement.</i>	<i>Je crée un cadeau/ une carte de Noël pour une personne que j'aime.</i>	<i>Je cherche une blague (très drôle) et je la raconte aux personnes que j'aime.</i>

© PARTNERSHIP FOR CHILDREN 2021. TOUS DROITS RESERVES



P.S: Pour plus d'outils gratuits visitez le site web [aihd.mu](http://aihd.mu) et [www.partnershipforchildren.org.uk](http://www.partnershipforchildren.org.uk)



## Kalendriye lavan fer par lekip Action for Integral Human Development

### Version zanan

<i>Azordi mo riye kan mo pans enn bon souvenir</i>	<i>Mo rann kikenn servis</i>	<i>Mo dir bann dimuon ki pros are mwa, sa ki mo kontan ar zot, zot ousi</i>	<i>Mo zwe ansam ek mo fami</i>	<i>Mo fer enn kado/kart nwel pou dimounn ki mo kontan</i>	<i>Mo rakont enn "joke" bann dimounn ki mo kontan</i>
<i>Mo exkiz mwa si zame monn fer kikenn dimal/ditor</i>	<i>Mo fer, desin ou ekrir kitsoz ki rann mwa fier</i>	<i>Mo pans enn bann moman kot monn senti mwa ere</i>	<i>Mo ekrir/ desinn/dir kouma mo santi mwa zordi</i>	<i>Mo fer enn aktivite ki mo kontan</i>	<i>Mo desinn kitsoz ki rann mwa ere</i>
<i>Mo fer inpe spor/etirma</i>	<i>Mo apresie lanatir: soley, zwazo, niaz, lamer, fler, montagn</i>	<i>Mo desinn bann leker lor papie ek mo partaz zot ek bann dimounn ki mo kontan</i>	<i>Mo pans 3 meyer moman lazourne ek mo dir MERSI</i>	<i>Mo napa alim okenn lecran, pou pran swin dimounn ki mo kontan</i>	<i>Mo dans lor mo lamizik prefere</i>
<i>Mo pran nouvel enn dimounn ki mo kontan</i>	<i>Si mo enkoler mo rod enn fason pou kalme mwa-mo bwar dilo, fer enn gate, fer lasies, respir enn bon kout</i>	<i>Mo mim enn santiman, premie kinn kone li mim enn lot santiman. Sakenn so tour</i>	<i>Mo rod enn solision san ki mo bles mo mem ni personni ni lanvironman</i>	<i>Mo al promne ar mo fami dan lanatir (lamer, lamontagn...)</i>	<i>Mo dekor lakaz pou nwel</i>

P.S: Pour plus d'outils gratuits visitez le site web [aihd.mu](http://aihd.mu) et [www.partnershipforchildren.org.uk](http://www.partnershipforchildren.org.uk)

© PARTNERSHIP FOR CHILDREN 2021. TOUS DROITS RESERVES





# INSTRUCTIONS

VERSION ENFANT

- ❖ Imprime/Dessine le calendrier et imprime/re-copie les messages.
- ❖ Découpe les messages et mets-les dans un bocal ou une boîte.
- ❖ Colorie, dessine et décore ton sapin.
- ❖ Chaque jour, pioche un message et colle-le sur la date du jour et amuse-toi en suivant les instructions.

## Joyeux Noël !



P.S: Pour plus d'outils gratuits visitez les sites web [www.aihd.mu](http://www.aihd.mu) et [www.partnershipforchildren.org.uk](http://www.partnershipforchildren.org.uk)

Des mini vidéos « les amis de Zippy » seront bientôt disponible sur notre site [www.aihd.mu](http://www.aihd.mu), dans la rubrique « Skill for life », sous l'onglet « Parent ». Nous vous invitons à visiter cet onglet régulièrement.