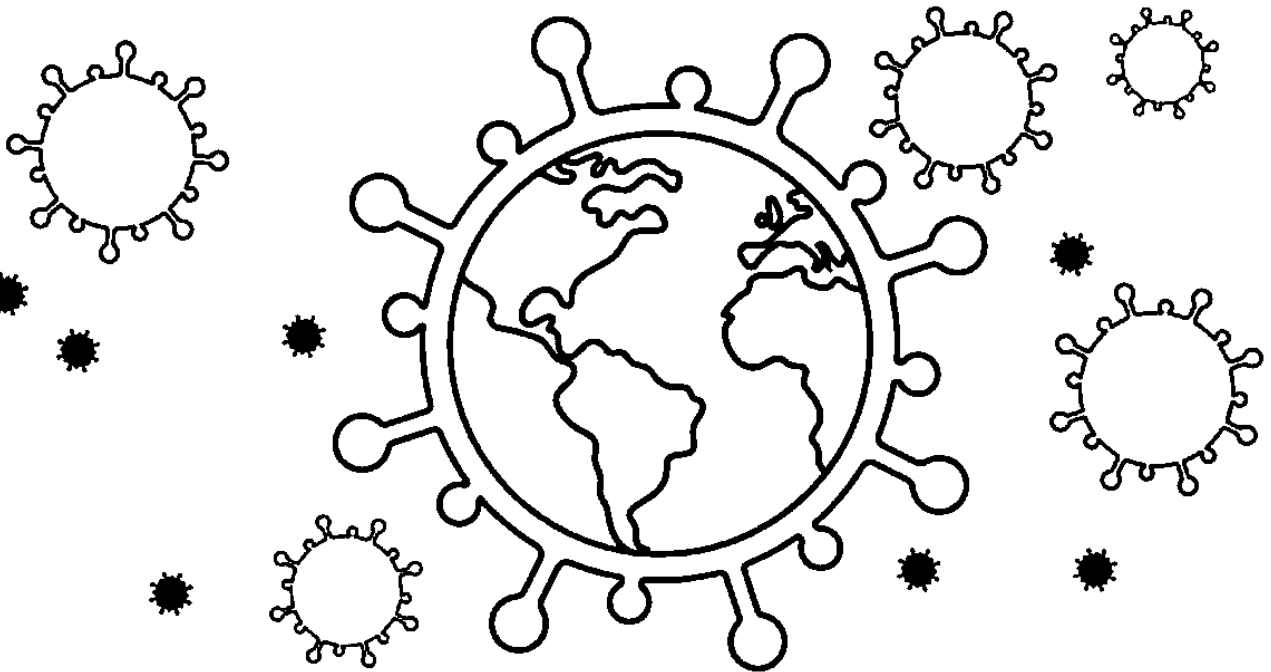


# Le Capsule-Témoign

de \_\_\_\_\_



Covid-19

l'année scolaire 2020

# Tu es en train de vivre un moment dans l'histoire

PRENDS UNE PEU DE TEMPS À REMPLIR CES PAGES POUR QUE, DANS LE FUTUR TU AURAS L'OCCASION DE REGARDER CES MÉMOIRES DE CE TEMPS À LA MAISON.

QUELQUES AUTRES IDÉES QUE TU AIMERAI PEUT-ÊTRE ADDITIONNER À TON CAPSULE-TÉMOIN :

- Des photos de ce temps
- Un journal de tes journées
- Des articles ou pages de nouvelles
- Des pièces d'art que tu crée

Avec qui est-ce que tu pratiques la distance-sociale?

Qu'est-ce que tu apprécies au sujet de ces personnes?

NOM:  
J'apprécie...

NOM:  
J'apprécie...

NOM:  
J'apprécie...

NOM:  
J'apprécie...

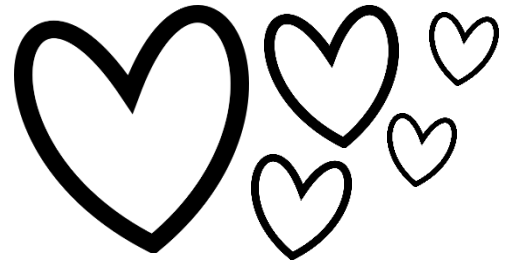
NOM:  
J'apprécie...

Fais un dessin des personnes avec qui tu es à la maison:

Vous n'êtes pas pris à la maison,  
Vous êtes en sécurité à la maison!

QU'EST-CE QUE VOUS  
FAITES POUR VOUS  
OCCUPER À LA MAISON?

# À MON SUJET...



## Mes préférés

Jouet: \_\_\_\_\_

Couleur: \_\_\_\_\_

Animal: \_\_\_\_\_

Émission de télé: \_\_\_\_\_

Nourriture: \_\_\_\_\_

Film: \_\_\_\_\_

Livre: \_\_\_\_\_

Activité: \_\_\_\_\_

Place: \_\_\_\_\_

Chanson: \_\_\_\_\_

J'AI

ANS

JE MESURE

JE PÈSE

LIVRES

LA GRANDEUR  
DE MES PIEDS

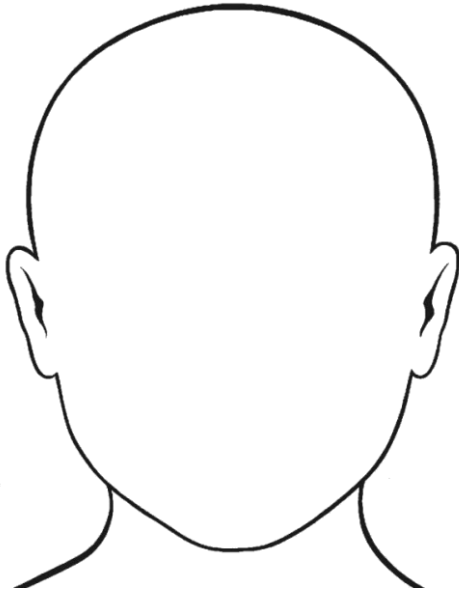
Mes Meilleurs Amis:

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Quand je grandis, je  
veux devenir :

Date :

# COMMENT JE ME SENS



Comment a l'air mon visage



Des mots qui décrivent comment je me

Une leçon que j'ai appris pendant cette expérience est...

J'ai de la gratitude pour...

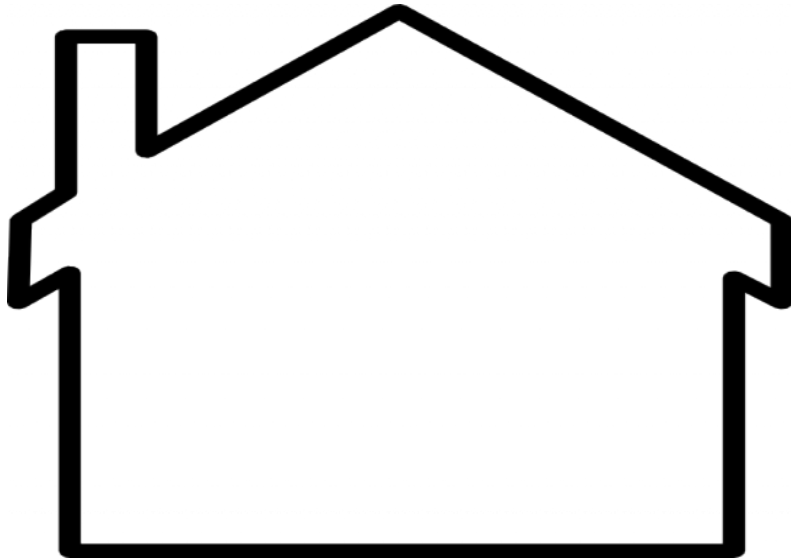
LES 3 CHOSES QUE J'AI LE PLUS HÂTE DE FAIRE QUAND CECI TERMINE SONT :

1.

2.

3.

# MA COMMUNAUTÉ



Où habites-tu pendant ce temps dans l'histoire?

---

---

Colorie la maison pour avoir l'air comme la tienne.

Quelles sortes de choses est-ce que vous faites pour vous aider à vous sentir connecter ou d'avoir du plaisir dehors?

(ex. décorer vos fenêtres, écrire des notes sur les trottoirs, etc...)

Quelles sont des histoires que vous avez entendue des personnes qui font des actes de gentillesse pour les autres pendant ce temps?



# NOS EMPREINTES DE MAIN

Tracez et coloriez les mains de toutes les personnes dans votre famille, une à la fois, pour créer une image où les mains vont se croiser et toucher - coloriez les mains comme vous voulez (ex. la couleur préféré de ce membre de votre famille, avec des images ou décorations qui décrivent cette personne, etc...)



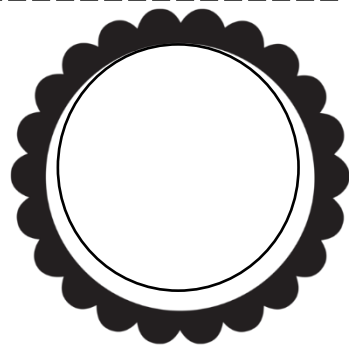




# UNE ENTREVUE AVEC VOS PARENTS

QU'EST-CE QUE C'EST LE PLUS GRAND CHANGEMENT?

COMMENT est-ce que ça va avec L'école à LA MAISON?



Quel est ton activité préférée qu'on fait à l'intérieur?

COMMENT TE SENS-TU?

JUSQU'À DATE, QUELLES SONT TES 3 MEILLEURES MÉMOIRES DE CETTE EXPÉRIENCE :

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

QUELLES ACTIVITÉS OU PASSES-TEMPS EST-CE QUE TU AIMES FAIRE LE PLUS?

QU'EST-CE QUE TU APPRÉCIES LE PLUS DE CETTE EXPÉRIENCE?

QUEL EST UNE ÉMISSION DE TÉLÉVISION QUE TU AS REGARDÉE :

Quel sont des buts que tu as pour quand ceci se termine?

UNE NOUVELLE ACTIVITÉ À L'INTÉRIEUR QUE TU AS DÉCOUVERTE :

NOURRITURE PRÉFÉRÉE QUE TU AS CUISINÉE :

TEMPS DE JOUR PRÉFÉRÉ :

# UNE LETTRE À MOI-MÊME

DATE : \_\_\_\_\_

CHÈR/E \_\_\_\_\_,

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

AVEC AMOUR,

\_\_\_\_\_



# A LETTER FROM MY PARENTS

DATE : \_\_\_\_\_

DEAR \_\_\_\_\_,

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

WITH LOVE,

\_\_\_\_\_

# A LETTER TO SOMEONE ELSE

Write a letter to someone else to say hello, thank you or just to lift their spirits. You might consider writing to a nurse or doctor, grocery store worker, your mail delivery person, an elderly family member, a neighbour or anyone else you think could use a few kind words.

DATE : \_\_\_\_\_

DEAR \_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

YOURS TRULY,

\_\_\_\_\_