

# JE SUIS **POSITIF**



Tu ne peux pas contrôler tous les évènements qui t'arrivent, mais tu peux décider de ne pas être diminué par eux.

MAYA ANGELOU



*Colorie-moi*



Est-ce que l'école te semble  
différente cette année ?

Qu'est-ce qui te plaît ?



PSYCHOLOGIE CANADA

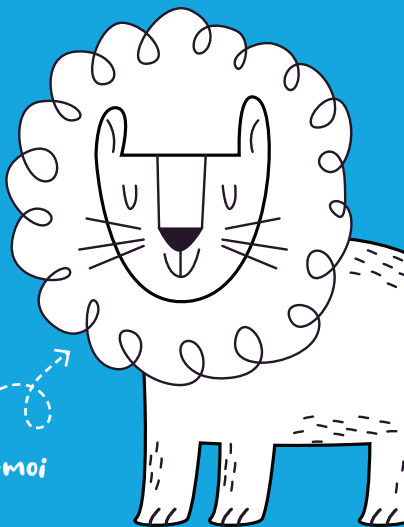
De la Fondation de psychologie du Canada

# J'AI DU **COURAGE**

100 % des choses  
qu'on ne tente pas  
échouent.

WAYNE GRETZKY

*Colorie-moi*



Quelle est la chose la plus  
courageuse que tu as faite  
cette année ?



PSYCHOLOGIE CANADA

De la Fondation de psychologie du Canada

# JE SUIS **CONSCIENT**

Nous ne  
pouvons diriger  
le vent, mais  
nous pouvons  
régler les voiles.

DOLLY PARTON



Colorie-moi 



Fais une pause et réfléchis

Que contrôles-tu en  
ce moment ?



PSYCHOLOGIE CANADA

De la Fondation de psychologie du Canada

# JE M'AIME

Colorie-moi



Le privilège d'une  
vie est d'être qui  
vous êtes.

JOSEPH CAMPBELL



En amitié, quelles sont tes plus grandes qualités ?

Assure-toi de faire preuve des mêmes qualités envers toi et d'être ton propre meilleur ami !

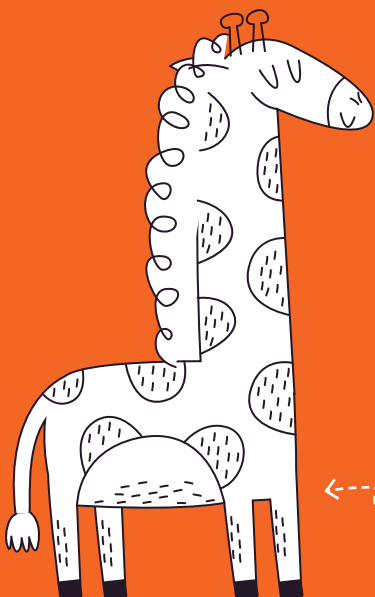


PSYCHOLOGIE CANADA

De la Fondation de psychologie du Canada



# JE SUIS RECONNAISSANT



Porcelet remarqua que même s'il avait un très petit cœur, il pouvait contenir une assez grande quantité de gratitude.

A.A. MILNE  
IN WINNIE-THE-POOH

← *Colorie-moi*



De quoi es-tu  
reconnaisant ?

Envers qui es-tu  
reconnaisant ?

De quelle manière démontres-tu  
ta reconnaissance ?



PSYCHOLOGIE CANADA

De la Fondation de psychologie du Canada