

**5 & 6 MARS**  
Inauguration  
le **4 MARS**

# **ENSEMBLE SUR LE MÊME BATEAU!**

À l'aube de l'enfance, navigation au cœur du développement  
psychologique, social et émotionnel

**Mieux s'outiller pour accompagner le  
développement des compétences  
psychosociales chez les petits et leurs  
parents**

Atelier mené par les CLPS  
**Charleroi-Thuin et Mons-Soignies**

## **Répertoire des outils présentés**

mars 2020



## **LES CENTRES LOCAUX DE PROMOTION DE LA SANTÉ (CLPS)**

Les Centres Locaux de Promotion de la Santé (CLPS) offrent un service d'appui aux acteurs locaux en vue d'améliorer la santé et la qualité de vie de la population.

Afin d'atteindre cet objectif, les CLPS développent leurs actions dans une approche participative, intersectorielle, de concertation et de proximité, en prenant en compte l'ensemble des déterminants de la santé (logements, contexte socio-économique, comportement individuel, etc.) et en encourageant les stratégies de réduction des inégalités sociales de santé. Pour assurer ce service, les CLPS développent leurs missions au regard des stratégies de promotion de la santé.

Dans le but de proposer un appui de qualité à l'ensemble des acteurs, il existe neuf CLPS en Région wallonne dont les missions sont :

- Accompagner les acteurs locaux dans le développement de leurs projets et actions : via l'appui méthodologique, la mise à disposition des ressources et la mise en place de formations ;
- Initier et/ou renforcer les réseaux des acteurs locaux : via la mise en place de concertation intra et/ou intersectorielle, le développement et/ou la participation à des dynamiques locales, la mise en œuvre des points d'appui aux écoles en matière de prévention des assuétudes et d'éducation à la vie relationnelle affective et sexuelle ;
- Valoriser les actions et projets locaux et les diffuser afin de favoriser leur transférabilité ;
- Accompagner et sensibiliser les autorités locales à l'intégration de la promotion de la santé dans leurs politiques locales ;
- Proposer des temps de formations et de rencontres aux professionnels en fonction des demandes et problématiques de santé émergentes (au sens large).

Dans la Province du Hainaut il y a trois CLPS :

**CLPS Hainaut-Occidental**  
Avenue Van Cutsem, 19  
7500 Tournai  
[069/22.15.71](tel:069221571)  
[contact@clpsho.be](mailto:contact@clpsho.be)  
<https://www.clpsho.be>

**CLPS Mons-Soignies**  
Rue de La Loi, 30  
7100 La Louvière  
064/84.25.25  
[info@clpsms.be](mailto:info@clpsms.be)  
<http://www.clps-mons-soignies.be/accueil>

**CLPS Charleroi-Thuin**  
Avenue Général Michel,  
1B 6000 Charleroi  
071/33.02.29  
[coordination@clpsct.or](mailto:coordination@clpsct.or)  
  
<https://www.clpsct.org/>

# **TABLE DES MATIERES**

<b>OUTIL BRISE-GLACE</b>	<b>4</b>
2 MINUTES... ENSEMBLE : TOUTES LES GÉNÉRATIONS SE CONNECTENT ! .....	4
<b>OUTIL D'ÉVALUATION</b>	<b>5</b>
COUP DE CŒUR.....	5
<b>OUTILS ENFANTS</b>	<b>6</b>
KARAMEL. SENTIMENTS ET BESOINS... TOUTE UNE AVENTURE ! .....	6
MÉLI MÉMO LES ÉMOTIONS .....	7
LE MONSTRE DES COULEURS .....	8
100 ACTIVITÉS POUR MIEUX VIVRE SES ÉMOTIONS .....	9
LA ROUE DES ÉMOTIONS (VERSION ENFANT) .....	10
CONTES ET COULEURS .....	11
<b>OUTILS PARENTS</b>	<b>12</b>
PAROLES DE PARENTS (0 À 3 ANS) .....	12
PAROLES DE PARENTS (3 À 11 ANS).....	13
PAROLES DE PARENTS (12 À 18 ANS).....	14
L'EDUC'ÉCRANS .....	15
POUR FAVORISER L'ESTIME DE SOI DES TOUT-PETITS .....	16
MOI COMME PARENT.....	17
LA ROUE DES ÉMOTIONS (VERSION ADULTE) .....	18
<b>OUTILS ET LIVRES ENFANTS/PARENTS</b>	<b>19</b>
PELUCHES « VICE-VERSA » .....	19
« VICE-VERSA », LE FILM.....	21
OPER'ACTION .....	22
RETOUR AU CALME .....	23
CALM'COLÈRE .....	25
LE VOLCAN DES ÉMOTIONS.....	26
« RACONTE-MOI TA JOURNÉE ! » .....	27
LA COULEUR DES EMOTIONS .....	28
GASTON LA LICORNE – MES EMOTIONS.....	29

# Outil brise-glace

**2 minutes... ensemble : Toutes les générations se connectent !**



**Editeur :** 7C+

**Supports :** 52 cartes (je décris..., j'imagine..., je raconte..., en ce moment...)

**Public cible :** Enfants dès 7 ans

**Animation :** Groupe

**Thématiques :**

- Communication
- Intergénérationnel

**Description :**

L'outil permet de raconter des anecdotes, décrire son quotidien et de partager des moments de bonheur avec son entourage. Les 52 cartes ont été conçues afin de :

- Favoriser le dialogue et la connexion des seniors avec leur entourage ;
- Humaniser le quotidien des aidants et des professionnels ;
- Dynamiser les échanges familiaux.

Comment animer ?

- Piocher une carte au hasard et la lire à haute voix ;
- Répondre à tour de rôle en 2 minutes ;
- Ecouter, accueillir et dialoguer avec bienveillance, sans juger ni donner de conseil ;
- Laisser la magie opérer et continuer selon vos envies.

**Moyen d'obtention :**

- Auprès de l'éditeur : <http://www.jeux2minutes.com/>
- En prêt : CLPS de Mons-Soignies

# Outil d'évaluation

## Coup de cœur



**Editeur :** Les filles du Baobab

**Supports :** 53 cartes illustrées

**Public :** Adolescents-Adultes

**Animation :** Groupe et/ou individuelle

**Thématique :**

- Communication
- Échange
- « Introspection »

**Description :**

Cœur précieux, de bois, tagué, gravé, coloré, cœur de nuage...

Quelle histoire vous chuchote votre cœur ?

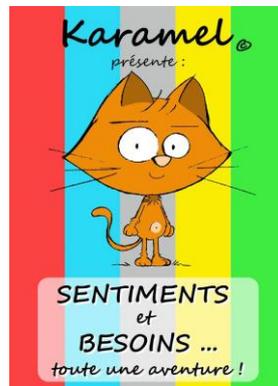
Cette série de cartes illustrées vous offre un concerto de cœurs à découvrir et à offrir.

**Moyens d'obtention :**

- Auprès de l'éditeur : <https://www.lesfillesdubaobab.com/notre-catalogue/>
- En prêt : CLPS de Mons-Soignies

# Outils enfants

## Karamel. Sentiments et besoins... toute une aventure !



**Editeur :** CPAS de Gerpinnes

**Supports :** 60 cartes illustrées (émotions et besoins) - 1 livret « Outil de communication »

**Public :** Enfants

**Animation :** Groupe et/ou individuelle

**Thématique :**

- Gestion des émotions

**Description :**

Ce jeu de cartes a pour objectifs :

- D'aider petits et grands à développer leur intelligence émotionnelle ;
- De comprendre qu'une émotion s'exprime par différents sentiments et d'étoffer son vocabulaire émotionnel ;
- De découvrir que derrière une émotion se cachent des besoins ;
- De soutenir un travail d'écoute empathique au sein de la famille, du couple, en classe, etc.

**Moyens d'obtention :**

- Auprès de l'éditeur : [psychomot.cpas@publilink.be](mailto:psychomot.cpas@publilink.be)
- En prêt : CLPS de Charleroi-Thuin

# Méli Mémo les émotions



**Editeur :** Lily poule

**Supports :** 32 cartes

**Public :** Enfants dès 4 ans

**Animation :** Groupe et/ou individuelle

**Thématique :**

- Gestion des émotions
- Gestions des sentiments

**Description :**

L'outil a pour but d'associer une carte portant le nom d'une émotion ou d'un sentiment à l'illustration correspondante. Une variante vise à mimer l'émotion/sentiment de la carte piochée et de le faire deviner aux autres.

L'outil peut également servir de support pour communiquer avec les enfants autour des sentiments, des émotions, savoir les reconnaître, les exprimer, etc.

**Moyen d'obtention :**

- Auprès de l'éditeur : <http://www.lilypoule.com/>
- En prêt : CLPS de Mons-Soignies

## Le monstre des couleurs



**Editeur :** Asmodee

**Supports :** 1 plateau de jeu ; 1 pion Monstre des couleurs ; 1 pion petite fille ; 1 dé ; 8 bocaux pour y ranger les émotions ; 2 étagères pour les bocaux ; 5 jetons pour chacune des émotions

**Public :** Enfants dès 4 ans

**Animation :** Groupe

### **Thématiques :**

- Gestion des émotions

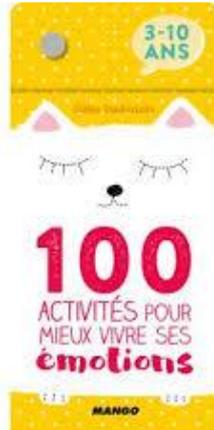
### **Description :**

Le monstre s'est réveillé tout désorienté sans savoir pourquoi. Ses émotions sont en pagaille, il faut l'aider à les trier et à les remettre en place. Pour y parvenir, les enfants devront penser à des choses qui les rendent joyeux, tristes, calmes, en colère ou qui leur font peur ! Inspiré du très populaire livre pour enfant « La couleur des émotions » d'Anna Llenas, le jeu collaboratif vise à aider le Monstre à comprendre ses émotions. À tour de rôle, ils lancent le dé qui leur permet de déplacer le Monstre autour du plateau. Lorsque le Monstre se rend dans un espace avec un jeton d'émotion, le joueur peut le ramasser et chercher le bon pot. Les pots sont tous placés sur des étagères avec leurs couleurs cachées. Si le joueur choisit le pot qui correspond à la couleur de l'émotion, il peut alors placer le jeton d'émotion dans le pot. Sinon, le pot retourne tel quel à l'étagère. Pour ramasser un jeton d'émotion, les joueurs doivent expliquer un souvenir ou une situation dans laquelle ils se sentent comme l'émotion qu'ils ramassent (Bonheur, Tristesse, Colère, Peur ou Calme). Les joueurs peuvent perdre le jeu si le monstre devient trop confus et ils retournent trop de jarres d'émotions mélangées, ou gagner le jeu quand les émotions sont toutes placées dans leurs pots respectifs.

### **Moyens d'obtention :**

- Auprès de l'éditeur : <https://fr.asmodee.com/fr/games/>
- En prêt : CLPS de Charleroi-Thuin, CLPS de Mons-Soignies et CLPS Hainaut Occidental

# 100 activités pour mieux vivre ses émotions



**Editeur :** Mango

**Supports :** 100 fiches d'activités (tristesse, joie, peur, colère)

**Public cible :** De 3 à 10 ans

**Animation :** Individuelle

**Thématique :**

- Gestion des émotions

**Description :**

100 activités ludiques et pratiques pour apaiser l'ambiance à la maison : expression de ses sentiments, jeux d'imagination, exercices de respiration, yoga, massages, etc.

L'outil permet de trouver des solutions constructives pour dépasser les petits tracassés du quotidien et à apprendre par le jeu à reconnaître les émotions et à les apprivoiser en douceur.

Sur le recto de la fiche, les parents découvrent le bienfait de l'activité. Au verso, l'enfant lit les étapes du jeu. Une grande partie des activités n'a pas besoin de matériel afin de se lancer dès que l'émotion pointe le bout de son nez.

Les activités sont réparties selon les 4 émotions de bases : la tristesse, la joie, la peur, la colère.

**Moyens d'obtention :**

- Auprès de l'éditeur : <https://www.mangoeditions.com/9782317017995-100-activites-pour-mieux-vivre-ses-emotions.html>
- En prêt : CLPS de Mons-Soignies

## La Roue des Émotions (version enfant)



**Editeur :** Lautrementdit

**Supports :** 1 roue (composée de 3 disques pivotants en carton et d'1 curseur) – 1 pochette cartonnée pour le ranger

**Public cible :** Enfants de 6 à 10 ans | **Animation :** Individuelle

**Thématique :**

- Gestion des émotions

**Description :**

Cet outil permet de prendre conscience, de parler, de mettre des mots, de dire autrement, ce qui se vit à l'intérieur de notre corps-cœur-tête, et de se sentir plus équilibré, plus serein.

Les émotions et les besoins sont accompagnés de dessins. La "météo intérieure" est illustrée également (arc-en-ciel, nuage, soleil, orage, ...)

Objectif : Aider l'enfant à conscientiser ce qu'il ressent (les sentiments physiques), à mettre des mots sur les émotions qui correspondent et à exprimer le ou les besoins sous-jacents.

Conseils d'utilisation :

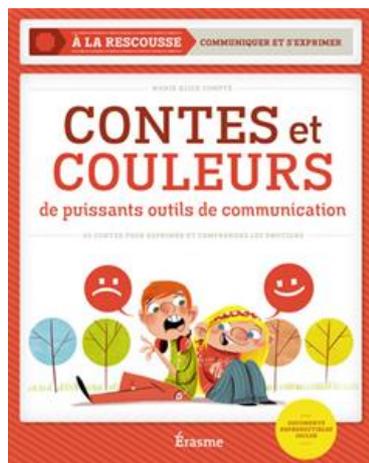
- Dans la relation éducative, thérapeutique, en famille ; l'outil soutient l'éducation émotionnelle en ouvrant le dialogue entre l'enfant et l'adulte.
- A travers le support, l'enfant peut faire le lien entre ses sensations, son ressenti et les besoins (in)satisfaits. Il apprendra à décoder les messages fournis par l'émotion et à rechercher une manière d'y répondre, en dialogue avec l'adulte, qui soit adaptée au(x) besoin(s) qu'elle révèle.

**Moyens d'obtention :**

- Après de l'éditeur : <https://lautrementdit.net/fiche-technique>
- En prêt : CLPS de Charleroi-Thuin et CLPS de Mons-Soignies

# Contes et couleurs

De puissants outils de communication



**Editeur :** Editions Erasme

**Auteur:** Marie-Alice Compté

**Public cible :** Enfants de 5 à 12 ans

## **Thématique :**

- Gestion des émotions
- Autonomie
- Confiance en soi
- Estime de soi
- Ecoute active
- Peur

## **Description :**

Un outil riche et ludique pour les parents, les enseignants ou autres pédagogues qui souhaitent appréhender avec l'enfant le grand univers des émotions. Une aide précieuse qui fera réagir les plus timides ou sourire les plus tristes. Ce livre propose vingt contes illustrés et ludiques qui permettent à l'enfant de faire des liens avec sa propre vie. Ces histoires, touchant le quotidien des petits comme des grands, invitent à la réflexion en empruntant le chemin de la créativité.

Les activités proposées en prolongement des contes sont des aides pour aller plus loin dans la réflexion, qu'elle soit philosophique, émotionnelle ou culturelle (famille, amitié, école...). Des pistes de questionnement sont fournies ainsi que la plupart des réponses attendues pour faciliter au mieux le travail des pédagogues.

## **Moyen d'obtention :**

- Auprès de l'éditeur :  
[https://www.editionserasme.be/Pub/Site\\_Root/BE/Grandir,-construire,-devenir-Ensemble/Meta/Chercher?article=78444](https://www.editionserasme.be/Pub/Site_Root/BE/Grandir,-construire,-devenir-Ensemble/Meta/Chercher?article=78444)
- En prêt : CLPS de Charleroi-Thuin et CLPS de Mons-Soignies

# Outils parents

## Paroles de parents (0 à 3 ans)



**Editeur :** Association OPPELIA / IPT

**Supports :** 110 cartes ( 30 cartes "Mises en situation"/30 cartes "Qu'en pensez-vous ?"/30 cartes "Paroles de parents"/20 cartes "Ressources") – 1 dé 4 faces – 1 livret de l'animateur

**Public cible :** Parents d'enfants de 0 à 3 ans

**Animation :** Groupe et/ou individuelle

**Thématique :**

- Accompagnement à la parentalité

**Description :**

Jeu de cartes permettant aux parents d'échanger sur leurs préoccupations liées à leur(s) enfant(s). Les cartes sont rédigées selon différentes formes :

- Mises en situation à partir de situations fictives qui permettent aux parents de se positionner tout en gardant une distance ;
- Questions ouvertes ;
- Affirmations à partir desquelles les parents peuvent se positionner ;
- Questions de connaissances qui aident les parents à identifier des lieux et des professionnels « ressources ».

**Moyens d'obtention :**

- Auprès de l'éditeur (à voir)
- En prêt : CLPS de Charleroi-Thuin

## Paroles de parents (3 à 11 ans)



**Editeur :** Association OPPELIA / IPT

**Supports :** 110 cartes ( 30 cartes "Mises en situation"/30 cartes "Qu'en pensez-vous ?"/30 cartes "Paroles de parents"/20 cartes "Ressources") – 1 dé 4 faces – 1 livret de l'animateur

**Public cible :** Parents d'enfants de 3 à 11 ans

**Animation :** Groupe et/ou individuelle

**Thématique :**

- Accompagnement à la parentalité

**Description :**

Jeu de cartes permettant aux parents d'échanger sur leurs préoccupations liées à leur(s) enfant(s). Les cartes sont rédigées selon différentes formes :

- Mises en situation à partir de situations fictives qui permettent aux parents de se positionner tout en gardant une distance ;
- Questions ouvertes ;
- Affirmations à partir desquelles les parents peuvent se positionner ;
- Questions de connaissances qui aident les parents à identifier des lieux et des professionnels « ressources ».

**Moyens d'obtention :**

- Auprès de l'éditeur (à voir)
- En prêt : CLPS de Charleroi-Thuin

## Paroles de parents (12 à 18 ans)



**Editeur :** Association OPPELIA / IPT

**Supports :** 110 cartes ( 30 cartes "Mises en situation"/30 cartes "Qu'en pensez-vous ?"/30 cartes "Paroles de parents"/20 cartes "Ressources") – 1 dé 4 faces – 1 livret de l'animateur

**Public cible :** Parents d'enfants de 12 à 18 ans

**Animation :** Groupe et/ou individuelle

**Thématique :**

- Accompagnement à la parentalité

**Description :**

Jeu de cartes permettant aux parents d'échanger sur leurs préoccupations liées à leur(s) enfant(s). Les cartes sont rédigées selon différentes formes :

- Mises en situation à partir de situations fictives qui permettent aux parents de se positionner tout en gardant une distance ;
- Questions ouvertes ;
- Affirmations à partir desquelles les parents peuvent se positionner ;
- Questions de connaissances qui aident les parents à identifier des lieux et des professionnels « ressources ».

**Moyens d'obtention :**

- Auprès de l'éditeur (à voir)
- En prêt : CLPS de Charleroi-Thuin

## L'Educ'écrans

Pour accompagner nos enfants à grandir avec les écrans



**Editeur :** Valorémis

**Supports :** 1 plateau de jeu - 24 cartes-questions (288 questions) - 1 sablier - 1 dé - 24 jetons blancs- 8 fiches recto-verso "visuel"- 1 règle du jeu- 2 fiches "Nos pistes pour faire autrement" et "Nos retours d'expérience" - 12 cartes « Opinion » (A PRIORI SOUHAITABLE / A PRIORI NON SOUHAITABLE).

**Public cible :** Parents d'enfants de 0 à 6 ans

**Animation :** Groupe et/ou individuelle

**Thématique :**

- Accompagnement à la parentalité

**Description :**

Le but de ce jeu est que les parents réfléchissent ensemble à la place des écrans dans la famille quand on a de jeunes enfants (0-6 ans) : Quels usages en fait-on ? Quel impact leur présence a-t-elle sur eux ? Ce jeu propose alors des pistes de réflexion sous forme de questions auxquelles les participants répondent soit individuellement, soit dans le cadre d'un tour de table ou d'un face à face. L'objectif principal étant de faire émerger des propositions éducatives adaptées. Les 8 thèmes explorés sont les suivants : relations, apprentissages, usagers, autorité, santé, autonome, pêle-mêle et rythmes.

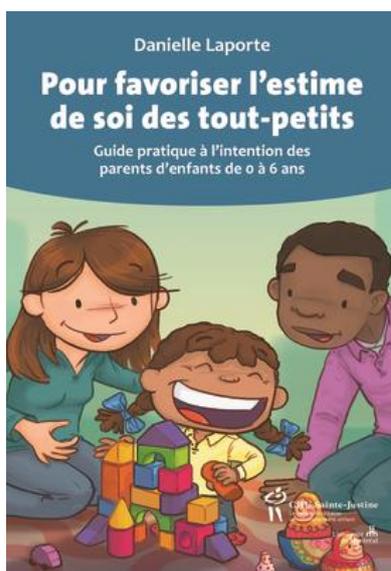
Il y a un maître du jeu qui est l'animateur(rice) et il se déroule en 3 temps : 1 temps de partage, 1 temps d'approfondissement et 1 temps de discussion.

**Moyens d'obtention :**

- Auprès de l'éditeur : <https://editions-valoremis.com/accueil/59-l-educ-ecrans-jeu-de-plateau.html>
- En prêt : CLPS de Charleroi-Thuin, CLPS de Mons-Soignies et CLPS Hainaut Occidental

## Pour favoriser l'estime de soi des tout-petits

Guide pratique à l'intention des parents d'enfants de 0 à 6 ans



**Editeur :** Editions de CHU Sainte-Justine

**Auteure :** Danielle Laporte

**Supports :** 1 guide

**Public cible :** Parent d'enfants de 0 à 6 ans

**Animation :** /

### **Thématiques :**

- Accompagnement à la parentalité

### **Description :**

Ce guide présente de façon très concrète les principales notions théoriques concernant l'estime de soi des tout-petits. Pratique, il suggère plusieurs attitudes et comportements pour bien prendre en compte l'ensemble des besoins du jeune enfant et l'amener à se sentir en sécurité, à développer son identité, à évoluer en société et à vivre des réussites.

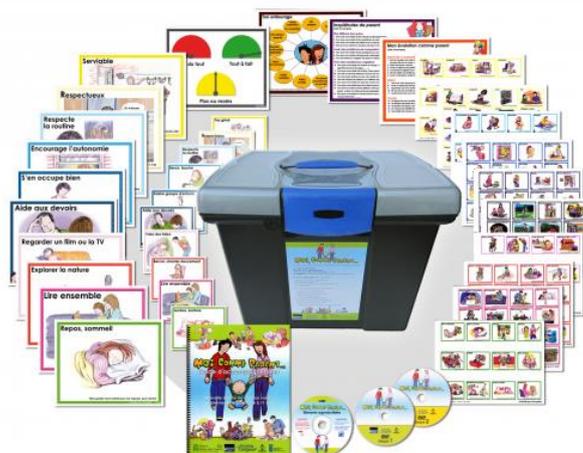
Proposant plusieurs questionnaires et quelques mises en situation, il incite le parent à la réflexion et à l'action. Il lui permet non seulement d'évaluer les perceptions qu'il a de son enfance et de sa relation avec lui mais aussi de réfléchir à ses compétences parentales.

### **Moyen d'obtention :**

- Auprès de l'éditeur : <https://www.editions-chu-sainte-justine.org/livres/pour-favoriser-estime-soi-des-tout-329.html>
- En prêt : CLPS de Charleroi-Thuin

## Moi comme parent...

Une trousse qui donne la parole aux parents et mise sur leurs forces



**Editeur :** Les Éditions du CIUSSS du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal

**Supports :** Les 7 thèmes de la réalité vécue par les parents sont abordés par le biais de 208 illustrations, un schéma et deux listes d'exemples, ainsi que des canevas de questions et des grilles-réponses qui sont associés à chacun d'eux.

Les illustrations varient selon l'âge des enfants (0-8 mois; 9-24 mois; 2-5 ans; 6-11 ans) et le sexe du parent version mère et version père. Elles sont plastifiées et existent sous trois formats (intervention de groupe, suivi individuel, page synthèse).

Il y a également, pour l'ensemble de la boîte, 1 guide d'accompagnement, 1 documentaire vidéo sous forme de DVD et 1 CD-ROOM

**Public cible :** Parents d'enfants de 0 à 11 ans

**Animation :** Groupe et/ou individuel

### Thématique :

- Accompagnement à la parentalité

### Description :

Le titre *Moi, comme parent...* évoque l'objectif principal de la Trousse. Ce dernier est de laisser la parole aux parents, dans une attitude d'écoute marquée par le respect de leur expérience et de leur vision. Cette trousse est essentiellement un ensemble d'outils de communication, qui permet d'enrichir l'application des programmes de soutien éducatif existants, dans différents contextes d'accompagnement individuel ou de groupe, auprès des parents d'enfants de 0 à 11 ans.

### Moyens d'obtention :

- Auprès de l'éditeur : <http://moicommeparent.com/se-procurer-la-trousse/>
- En prêt : CLPS de Charleroi-Thuin

## La Roue des Émotions (version adulte)



**Editeur :** Lautrementdit

**Supports :** 1 roue (composée de 3 disques pivotants en carton et d'1 curseur) – 1 pochette cartonnée pour le ranger

**Public cible :** Adolescents et adultes (à partir de 12 ans )

**Animation :** Individuel

**Thématique :**

- Gestion des émotions

**Description :**

Cet outil permet de prendre conscience, de parler, de mettre des mots, de dire autrement, ce qui se vit à l'intérieur de notre corps-cœur-tête, et de se sentir plus équilibré, plus serein.

Objectifs : aider jeunes et adultes à prendre conscience de leurs émotions, et surtout, en identifiant le besoin qui s'exprime à travers l'émotion.

Conseils d'utilisation :

- Dans la relation de soi à soi (pour se clarifier), en couple, en famille.
- L'outil soutient l'éducation émotionnelle en apprenant à faire le lien entre ses sensations, son ressenti et les besoins (in)satisfaits. Il permet d'apprendre à décoder les messages fournis par l'émotion et à rechercher une manière d'y répondre, qui soit adaptée au(x) besoin(s) qu'elle révèle.

**Moyens d'obtention :**

- Auprès de l'éditeur : <https://lautrementdit.net/fiche-technique>
- En prêt : CLPS de Charleroi-Thuin et CLPS de Mons-Soignies

# Outils et livres enfants/parents

## Peluches « Vice-Versa »



**Editeur :** Disney Pixar

**Supports :** 6 peluches - 1 fiche explicative

**Public cible :** Enfants

**Animation :** Groupe et/ou individuelle

**Thématique :**

- Gestion des émotions

**Description :**

Les peluches Vice Versa représentent les personnages tirés du film de Disney/Pixar. Ce dernier raconte l'histoire de la jeune fille Riley, âgée de 11 ans, qui doit quitter sa ville natale pour aller s'installer à San Francisco avec ses parents. Cette nouvelle situation éveille alors chez la petite des émotions que Pixar a eu l'idée de personnifier.

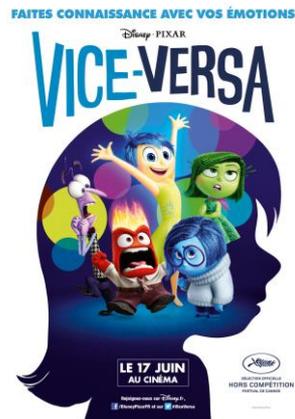
- Colère : La peluche Vice Versa Colère reproduit le fameux personnage en chemise blanche, avec cravate rayée et pantalon en tweed. Celui-ci possède un tempérament fougueux et a la fâcheuse tendance à exploser quand les choses ne se déroulent pas comme prévu. Il a, par ailleurs, à cœur que les choses soient toujours justes.
- Dégoût : D'une honnêteté sans faille, Dégoût est une jeune fille aux opinions bien tranchées empêchant ainsi Riley de se faire empoisonner la vie. Elle se démarque du reste par une robe en satin vert et une écharpe violette.
- Peur : De temps à autre, Riley est prise de peur. Cette figure est en permanence à l'affût des moindres risques et dangers qui pourraient surgir dans le quotidien de Riley. Son objectif premier est de la protéger. Dans le film, Peur est vêtue d'un pull sans manches, d'un nœud rouge ainsi que d'un pantalon en velours côtelé.
- Joie : Dotée d'un optimisme à toute épreuve, Joie est déterminée à toujours trouver le côté positif de chaque situation. Elle assure ainsi le bonheur de Riley. On la reconnaît grâce à sa robe en satin jaune et ses cheveux bleus brillants.

- Tristesse : Tristesse porte quant à elle un pantalon en tissu sergé et un pull tricoté. Elle voudrait elle aussi contribuer au bonheur de Riley et être plus optimiste, mais cela semble peine perdue. Elle n'arrive tout simplement pas à rester positive.
- Bing Bong : Bing Bong le drôle éléphant rose avec une queue de chat est l'ami imaginaire de Riley. Son rôle est d'aider Tristesse et Joie à retrouver le centre de contrôle des émotions de la fillette.

**Moyens d'obtention :**

- Auprès de l'éditeur
- En prêt : CLPS de Charleroi-Thuin

## « Vice-Versa », le film



**Editeur :** Disney Pixar

**Supports :** 1 DVD

**Public cible :** Enfants dès 6 ans/Parents

**Animation :** Groupe et/ou individuelle

### **Thématique :**

- Accompagnement à la parentalité
- Gestion des émotions
- Développement émotionnel de l'enfant

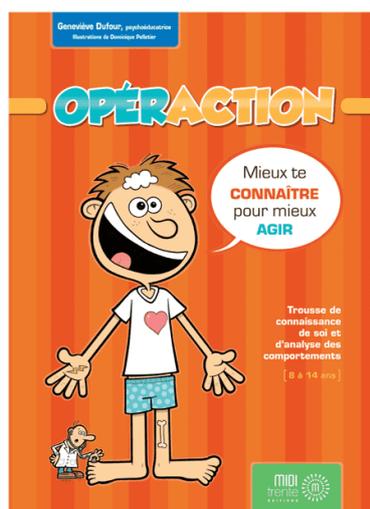
### **Description :**

Au Quartier Général, le centre de contrôle situé dans la tête de la petite Riley, 11 ans, cinq Émotions sont au travail. À leur tête, Joie, débordante d'optimisme et de bonne humeur, veille à ce que Riley soit heureuse. Peur se charge de la sécurité, Colère s'assure que la justice règne, et Dégoût empêche Riley de se faire empoisonner la vie – au sens propre comme au figuré. Quant à Tristesse, elle n'est pas très sûre de son rôle. Les autres non plus, d'ailleurs... Lorsque la famille de Riley emménage dans une grande ville, avec tout ce que cela peut avoir d'effrayant, les Émotions ont fort à faire pour guider la jeune fille durant cette difficile transition. Mais quand Joie et Tristesse se perdent accidentellement dans les recoins les plus éloignés de l'esprit de Riley, emportant avec elles certains souvenirs essentiels, Peur, Colère et Dégoût sont bien obligés de prendre le relais. Joie et Tristesse vont devoir s'aventurer dans des endroits très inhabituels comme la Mémoire à long terme, le Pays de l'Imagination, la Pensée Abstraite, ou la production des Rêves, pour tenter de retrouver le chemin du Quartier Général afin que Riley puisse passer ce cap et avancer dans la vie...

### **Moyens d'obtention :**

- Après de l'éditeur
- En prêt : CLPS de Charleroi-Thuin

# Oper'action



**Editeur :** Editions Midi Trente

**Support :** 1 affiche - 1 cahier pédagogique avec matériel reproductible

**Public cible :** Enfants de 8 à 14 ans

## **Thématique :**

- Gestion des émotions
- Confiance en soi
- Empathie
- Conscience de soi

## **Description :**

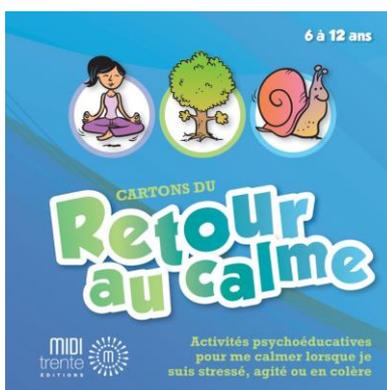
Une trousse de connaissance de soi et d'analyse des comportements. Les enseignants, les intervenants et les parents peuvent s'en servir pour :

- Modifier un comportement indésirable
- Renforcer un bon comportement
- Aider un enfant à verbaliser ce qu'il ressent
- Développer des habiletés sociales
- Aider le jeune à se responsabiliser
- Préparer l'enfant à faire face à une situation anxiogène
- Aider un jeune à s'autoévaluer et à se conscientiser
- Régler un conflit entre deux enfants

## **Moyen d'obtention :**

- Auprès de l'éditeur : <https://www.miditrente.ca/fr/produit/operation-mieux-te-connaître-pour-mieux-agir>
- En prêt : CLPS de Charleroi-Thuin et CLPS de Mons-Soignies

## Retour au calme



**Editeur :** Editions Midi trenté

**Supports :** 1 affiche – 27 cartes explicatives d'activités

**Public cible :** Enfants dès 6 ans

**Animation :** Groupe et/ou individuelle

### Thématique :

- Gestion des émotions
- Stratégies d'adaptation

### Description :

Cette affiche psychoéducatrice présente, de manière colorée et inspirante, 21 stratégies éprouvées pour s'apaiser et retrouver son calme dans les situations qui génèrent du stress, de l'agitation ou de la colère.

### Objectifs :

- Enseigner des techniques de relaxation et de détente efficaces et amusantes
- Animer des séances collectives de relaxation ou afficher dans le « Coin du calme »
- Habituer les enfants à se centrer sur leur expérience émotionnelle et à reconnaître les manifestations physiologiques de leur stress
- Aider les enfants à se concentrer et à mieux canaliser leurs énergies
- Créer un climat harmonieux propice à l'épanouissement personnel
- Prévenir le stress et l'anxiété

### Conseils d'utilisation :

- Vous pouvez utiliser cet outil comme bon vous semble, mais il serait peut-être intéressant d'en faire un rituel de classe/école. 1 activité par jour ou par semaine, puis inviter les enfants à s'approprier les activités qu'ils aiment et leur conviennent le plus.
- Créer un coin « retour au calme » dans la classe ou inviter les enfants à coller sur leur banc ou leur farde leur activité de retour au calme.

**Moyens d'obtention :**

- Auprès de l'éditeur : <https://www.miditrente.ca/fr/produit/cartons-du-retour-au-calme>
- En prêt : CLPS de Charleroi-Thuin, CLPS de Mons-Soignies et CLPS Hainaut Occidental

## Calm'Colère



**Editeur :** Les jeux de la marmotte

**Supports :** 1 valisette - 17 cartes - 1 girafe en peluche - 1 moulin à vent - 1 balle

**Public cible :** Enfants de 2 à 6 ans

**Animation :** Individuelle

**Thématique :**

- Gestion des émotions
- Gestion de la colère
- Stratégies d'adaptation

**Description :**

Cette valisette a pour objectif de faciliter le dialogue parents-enfants. Outil pour permettre à votre enfant de se calmer lorsqu'il est en colère. Cette valisette s'utilise en famille et à tout moment de la journée. Emmenez la partout avec vous, surtout si votre enfant est sujet à des crises de colère fréquentes.

**Moyens d'obtention :**

- Auprès de l'éditeur : <https://www.lesjeuxdelamarmotte.com/product-page/calm-colere>
- En prêt : CLPS de Charleroi-Thuin

## Le volcan des émotions



**Editeur :** Les éditions Milmo

**Supports :** 2 affiches (volcan émotions, valise solutions) et 15 pictogrammes

**Public cible :** Enfant dès 4 ans

**Animation :** Individuelle

### **Thématique :**

- Gestion des émotions
- Gestion de la colère
- Stratégies d'adaptation

### **Description :**

Ces affiches aideront l'enfant à prendre conscience de ses émotions et des solutions qui s'offrent à lui pour éviter qu'explose le volcan. Cette ascension est divisée en 4 phases. En bas de l'affiche, tout va bien. À la 27<sup>ème</sup> phase, un problème se présente mais l'enfant a la possibilité de le régler immédiatement en trouvant une solution. À la 3<sup>ème</sup> phase, se présente l'anxiété et l'affiche lui suggère de se calmer en respirant profondément. Puis, à la dernière phase, le volcan explose et il est indiqué que l'enfant doit se retirer. À chacune de ces étapes, une solution est proposée afin de lui permettre de retrouver son calme et de choisir finalement une solution plus éclairée.

Les pictogrammes inclus dans cet ensemble sont nombreux afin de les adapter aux besoins et au développement spécifique de l'enfant. L'affiche « Ma valise de solution » permettra à l'adulte d'exposer et de proposer les choix qu'il jugera convenir à la compréhension et aux capacités du jeune. Cet outil s'adresse à tous ceux qui ont de la difficulté à gérer leurs émotions, que ce soit la colère, l'anxiété, la peur ou la peine

### **Moyens d'obtention :**

- Après de l'éditeur :  
[https://lespictogrammes.com/boutique.php?product\\_uid=5](https://lespictogrammes.com/boutique.php?product_uid=5)
- En prêt : CLPS de Charleroi-Thuin, CLPS de Mons-Soignies et CLPS Hainaut Occidental

## « Raconte-moi ta journée ! »

Place les icônes de ta journée et raconte tes expériences si tu es d'accord.

Ajoute des lieux s'ils ne sont pas sur le plan.



**Editeur :** Papa Positive

**Supports :** 1 ligne du temps – 1 fiche avec les icônes - 1 fiche « légende »

**Public cible :** Enfants dès 4 ans

**Animation :** Individuelle

### Thématiques :

- Communication
- Intergénérationnel

### Description :

Difficile de savoir ce qu'ont fait vos enfants à l'école ? Ils restent muets malgré votre insistance et votre curiosité ? Frustrant n'est-ce pas ?

Voici un support ludique qui peut vous aider. Il est basé sur une logique : les souvenirs sont liés aux lieux dans lesquels l'enfant a vécu ses expériences.

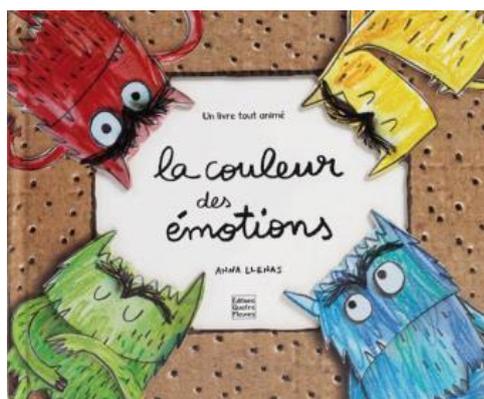
Alors, en visionnant et imaginant ces lieux et en collant des marqueurs relatifs à ce qu'il a ressenti, il est possible de faciliter la verbalisation qui aura pour vertu :

- de poser des mots sur des émotions désagréables afin de s'en libérer
- de raviver les émotions agréables et de les stocker dans la mémoire
- de développer l'art narratif et le repérage dans le temps et l'espace
- de visualiser la journée du lendemain

### Moyen d'obtention :

- En téléchargement : <https://papapositive.fr/support-gratuit-aider-enfants-a-raconter-journee/>
- En prêt : CLPS de Charleroi-Thuin

## La couleur des émotions



**Editeur :** Editions Quatre Fleuves

**Auteur :** Llenas A.

**Public cible :** Enfants de 2 à 5 ans

### **Thématique :**

- Gestion des émotions

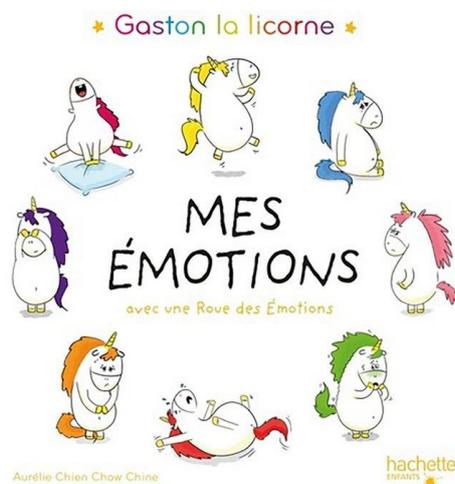
### **Résumé :**

Dans le livre, le monstre gentil des couleurs partage avec les enfants la couleur de ses sentiments. Anna Llenas s'est appliquée à rendre son ouvrage aussi éducatif que ludique. Chaque page exprime une émotion que les bambins peuvent s'amuser à reconnaître. Le soin apporté aux détails flatte les yeux à tel point qu'une fois terminé, on a juste envie de recommencer. Ce sont ces petites attentions artistiques qui font toute la différence. Ce beau livre est un petit bijou qui comblera les petits et les grands.

### **Moyens d'obtention :**

- Auprès de l'éditeur : <https://quatrefleuves.fr/>
- En prêt : CLPS de Charleroi-Thuin, CLPS de Mons-Soignies et CLPS Hainaut Occidental

# Gaston la licorne – Mes émotions



**Editeur :** Hachette Enfants

**Auteur :** Chien Chow Chine A.

**Public cible :** Enfants de 3 à 6 ans

**Thématique :**

- Gestion des émotions

**Résumé :**

Gaston est une petite licorne comme toutes les autres, ou presque... Sa crinière arc-en-ciel change de couleur en fonction de ses émotions ! Pour t'aider à nommer et gérer tes émotions, découvre dans ce livre : 8 émotions de Gaston, 8 exercices de sophrologie et 1 "roue des émotions" qui t'aideront à exprimer ce que tu ressens.

**Moyen d'obtention :**

- Auprès de l'éditeur : <https://www.hachette.fr/editeur/hachette-enfants>
- En prêt : CLPS de Charleroi-Thuin et CLPS de Mons-Soignies



avec le soutien de



pour

