

# À CHAQUE JOUR UN SENTIMENT

En cette période de confinement,

Coche le mot correspondant à l'image.

Ce que je peux faire pour changer mon humeur.



je suis....

- inquiet(e)
- en colère

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



je suis....

- en colère
- content(e)

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



je suis....

- heureux (se)
- effrayé(e)

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



je me sens...

- seul(e)
- effrayé

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



je me sens...

- triste
- en colère

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



je me sens...

- content(e)
- frustré(e)

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_