



MES DEFIS POUR MA CONFIANCE EN MOI (6-12 ans)

Numérote les du plus facile au plus dur, et colorie la case lorsque c'est fait !

<input type="radio"/> Aller chercher le courrier dans la boîte aux lettres	<input type="radio"/> Faire un gâteau simple sans aide
<input type="radio"/> Dire à une personne quelque chose que tu n'osais pas dire	<input type="radio"/> Dans une supérette, suivre une liste de 2 ou 3 courses pendant que ton parent t'attend à l'extérieur
<input type="radio"/> Faire une vidéo où tu te présentes pendant 2 minutes	<input type="radio"/> Inventer une petite chanson ou un poème
<input type="radio"/> Chanter une chanson devant tes parents ou ta famille	<input type="radio"/> Dépasser ta peur de..... en faisant.....
<input type="radio"/> Faire un jeu de mimes et faire deviner 5 objets ou activités à ta famille ou tes amis	<input type="radio"/> Mon idée de défi :
<input type="radio"/> Danser à fond sur la musique de ton choix pendant 1 minute	<input type="radio"/> Dire mes 3 bonheurs du jour
<input type="radio"/> Aller faire une course en bas de la maison tout seul	<input type="radio"/> Faire deviner 3 personnages/animaux qui, selon moi, représentent la force et la puissance
<input type="radio"/> Dire 3 qualités qui me représentent	<input type="radio"/> Ecrire 3 choses que j'ai appris à faire et dont je suis fier