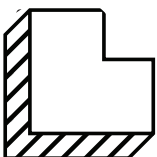


RÉALISE TON RÊVE



UNE ACTIVITÉ POUR LES 12 ANS ET +

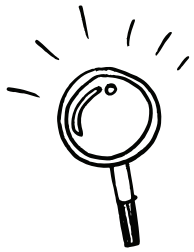




Module - INTRODUCTION

Le module d'introduction t'amène à te familiariser avec les outils de la plateforme. Prends le temps de regarder la vidéo et de répondre aux questions. Ça t'aidera à glisser plus facilement dans ton projet au prochain module.

L'introspection c'est quoi?



C'est d'être capable de réfléchir sur soi, sur comment on se sent, ce que l'on aime, ce que l'on aime moins,... L'introspection c'est entrer à l'intérieur de soi-même. C'est super pour se connaître mieux! Ça permet de se fixer des buts qui nous ressemblent, de connaître nos forces et nos faiblesses. On peut alors dépasser nos peurs plus facilement. On utilise souvent l'introspection en arts pour trouver l'inspiration. la visualisation pratiquée par les athlètes pour se surpasser est une autre forme d'introspection. bien se connaître aide à voir les opportunités et à faire avancer nos projets!



Mon moment préféré aujourd'hui :

Lundi:

Mardi:

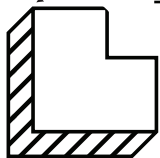
Mercredi:

Jeudi:

Vendredi:

Samedi:

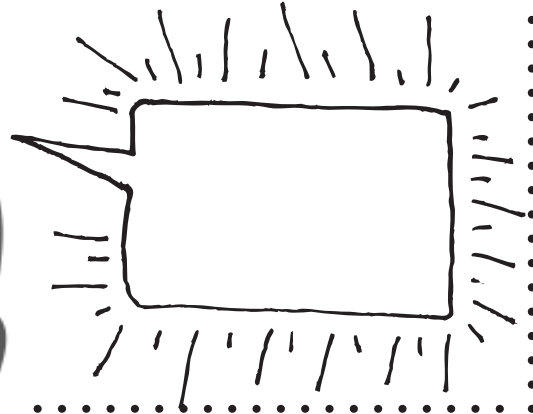
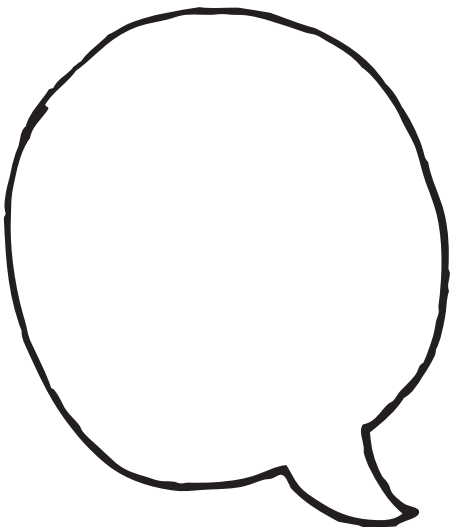
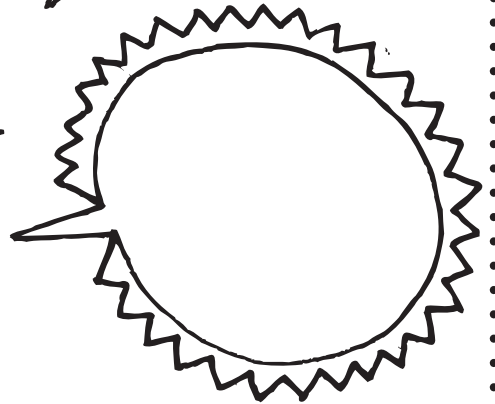
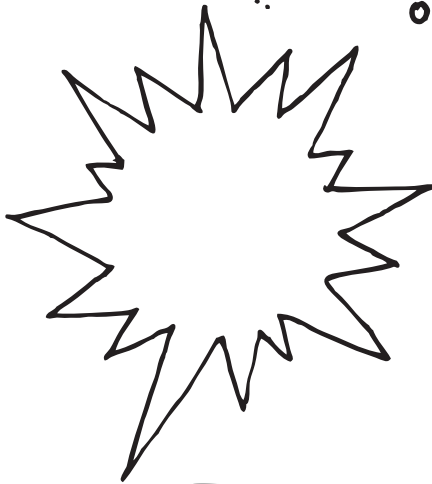
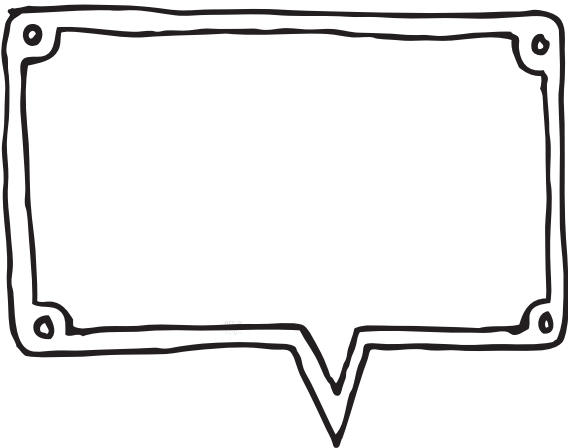
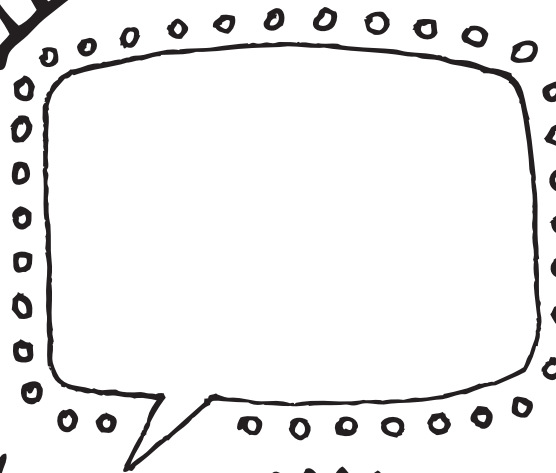
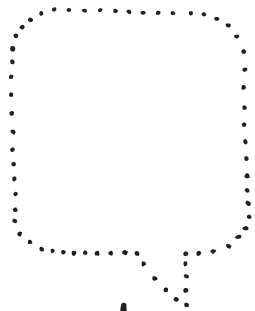
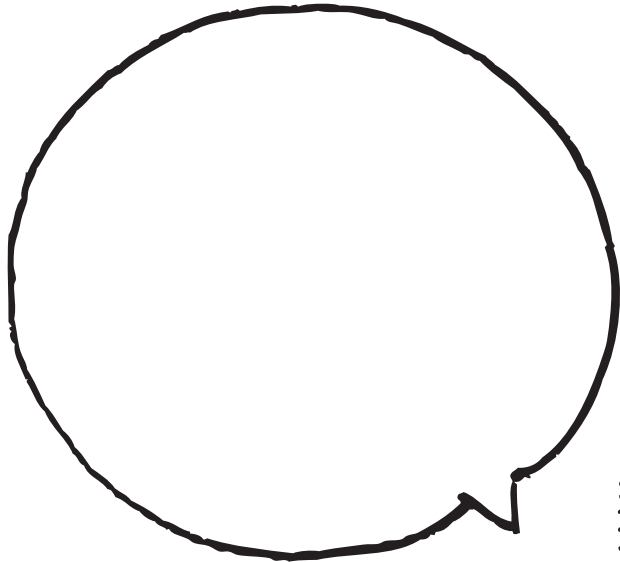
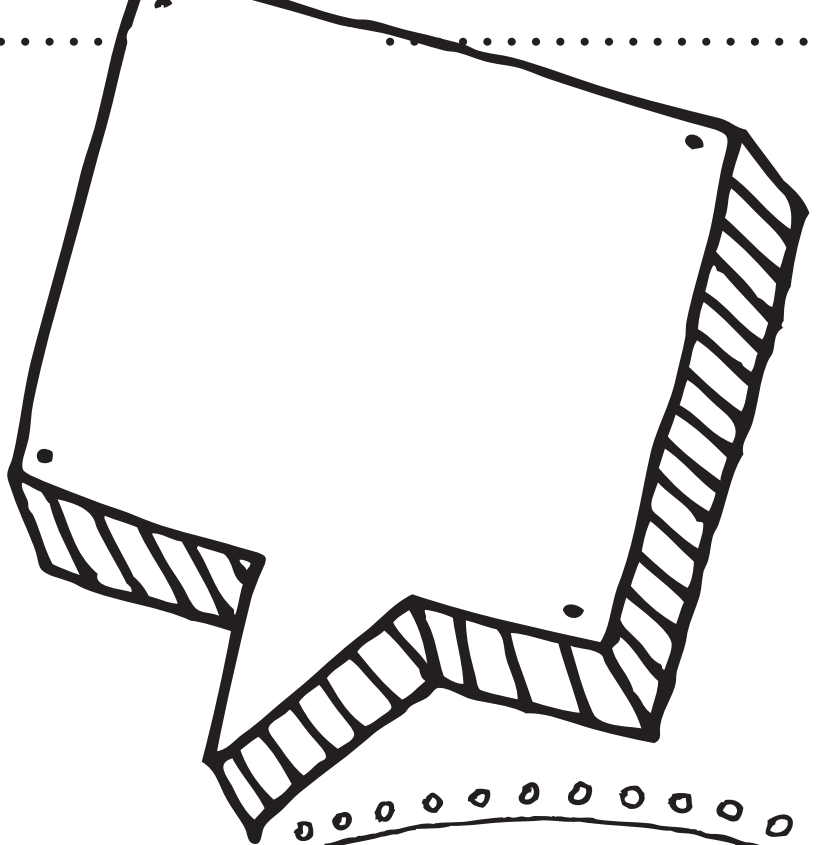
Dimanche:



Qu'est-ce que tu aimes?

Qu'est-ce que tu détestes?

Qu'as-tu en tête?



Tout et n'importe quoi!

: : : :



Tu peux écrire, dessiner, coller, faire ce que tu veux sur cette page. C'est une page pour toi, il y en aura une par module. Pour sortir ce qui est dans ta tête, qui t'angoisse, t'inspire, qui te revient tout le temps. Même si tu ne comprends pas le lien entre ce que tu mets sur cette page et ton projet, ton subconscient (C'est la partie caché en toi!) lui comprend. Et lorsqu'on lui laisse la chance de s'exprimer sans trop comprendre, on découvre souvent des bijoux!
Réfère toi à la vidéo Introduction pour en savoir plus.

Thème proposé



À chaque module, je propose 1 ou 2 thèmes de réflexion, à toi de voir si tu veux les utiliser ou faire quelque chose d'autre!

Thème proposé : Crée ton Avatar! Découpe et colle ta photo. Tu peux aussi coller les personnes qui sont importantes pour toi et les choses que tu aimes. Amuse-toi à trouver des choses dans les journaux ou sur internet pour faire un collage qui t'inspire. Tu peux même mélanger les supports (dessin, collage, peinture...). Tu peux le faire sur ce papier, ou sur une toile, un carton, ta tablette. N'hésite pas à partager le résultat sur le forum!

