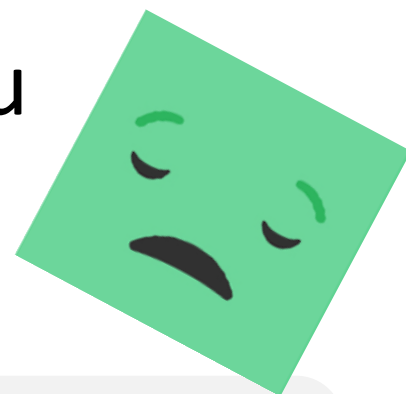


# Comment te sens-tu aujourd'hui ?



- Utilise la grille suivante pour suivre ton humeur générale à la fin de chaque journée de classe : colorie chaque soir la case du jour selon ton humeur
- Au final, tu verras comment ton humeur a évolué dans le mois et tu pourras voir si ton humeur influe sur tes résultats, tes relations avec les autres, ton comportement
- Tu peux utiliser cette grille pour discuter de tes émotions avec un adulte ou des camarades

Heureux.se	Normal.e	Stressé.e	Triste	En colère

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			



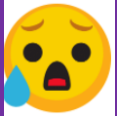


Ta signature :	Signature de la maîtresse :	Signature des parents :
Commentaires, observations :		

Octobre 2021

# Comment te sens-tu aujourd'hui ?



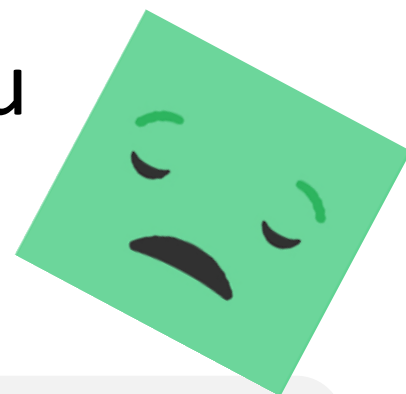
- Utilise la grille suivante pour suivre ton humeur générale à la fin de chaque journée de classe : colorie chaque soir la case du jour selon ton humeur
- Au final, tu verras comment ton humeur a évolué dans le mois et tu pourras voir si ton humeur influe sur tes résultats, tes relations avec les autres, ton comportement
- Tu peux utiliser cette grille pour discuter de tes émotions avec un adulte ou des camarades

Heureux.se	Normal.e	Stressé.e	Triste	En colère
				



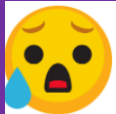


Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Ta signature :	Signature de la maîtresse :	Signature des parents :
Commentaires, observations :		

# Comment te sens-tu aujourd'hui ?



- Utilise la grille suivante pour suivre ton humeur générale à la fin de chaque journée de classe : colorie chaque soir la case du jour selon ton humeur
- Au final, tu verras comment ton humeur a évolué dans le mois et tu pourras voir si ton humeur influe sur tes résultats, tes relations avec les autres, ton comportement
- Tu peux utiliser cette grille pour discuter de tes émotions avec un adulte ou des camarades

Heureux.se	Normal.e	Stressé.e	Triste	En colère
				



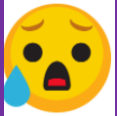


Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

Ta signature :	Signature de la maîtresse :	Signature des parents :
Commentaires, observations :		

# Comment te sens-tu aujourd'hui ?



- Utilise la grille suivante pour suivre ton humeur générale à la fin de chaque journée de classe : colorie chaque soir la case du jour selon ton humeur
- Au final, tu verras comment ton humeur a évolué dans le mois et tu pourras voir si ton humeur influe sur tes résultats, tes relations avec les autres, ton comportement
- Tu peux utiliser cette grille pour discuter de tes émotions avec un adulte ou des camarades

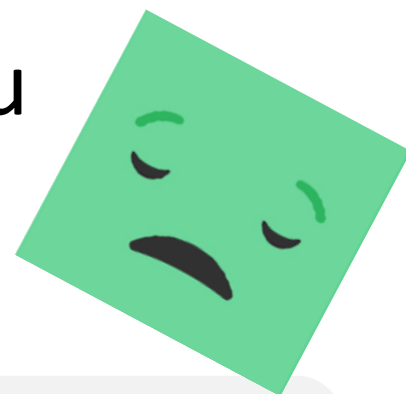
Heureux.se	Normal.e	Stressé.e	Triste	En colère
				

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		



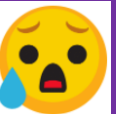


Ta signature :	Signature de la maîtresse :	Signature des parents :
Commentaires, observations :		

Janvier 2022

# Comment te sens-tu aujourd'hui ?



- Utilise la grille suivante pour suivre ton humeur générale à la fin de chaque journée de classe : colorie chaque soir la case du jour selon ton humeur
- Au final, tu verras comment ton humeur a évolué dans le mois et tu pourras voir si ton humeur influe sur tes résultats, tes relations avec les autres, ton comportement
- Tu peux utiliser cette grille pour discuter de tes émotions avec un adulte ou des camarades

Heureux.se	Normal.e	Stressé.e	Triste	En colère
				



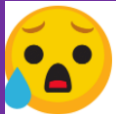


Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

Ta signature :	Signature de la maîtresse :	Signature des parents :
Commentaires, observations :		

# Comment te sens-tu aujourd'hui ?



- Utilise la grille suivante pour suivre ton humeur générale à la fin de chaque journée de classe : colorie chaque soir la case du jour selon ton humeur
- Au final, tu verras comment ton humeur a évolué dans le mois et tu pourras voir si ton humeur influe sur tes résultats, tes relations avec les autres, ton comportement
- Tu peux utiliser cette grille pour discuter de tes émotions avec un adulte ou des camarades

Heureux.se	Normal.e	Stressé.e	Triste	En colère
				

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28						



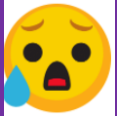


Ta signature :	Signature de la maîtresse :	Signature des parents :
Commentaires, observations :		

Mars 2022

# Comment te sens-tu aujourd'hui ?



- Utilise la grille suivante pour suivre ton humeur générale à la fin de chaque journée de classe : colorie chaque soir la case du jour selon ton humeur
- Au final, tu verras comment ton humeur a évolué dans le mois et tu pourras voir si ton humeur influe sur tes résultats, tes relations avec les autres, ton comportement
- Tu peux utiliser cette grille pour discuter de tes émotions avec un adulte ou des camarades

Heureux.se	Normal.e	Stressé.e	Triste	En colère
				

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

Ta signature :

Signature de la maîtresse :

Signature des parents :




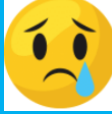

Commentaires, observations :

Avril 2021

# Comment te sens-tu aujourd'hui ?



- Utilise la grille suivante pour suivre ton humeur générale à la fin de chaque journée de classe : colorie chaque soir la case du jour selon ton humeur
- Au final, tu verras comment ton humeur a évolué dans le mois et tu pourras voir si ton humeur influe sur tes résultats, tes relations avec les autres, ton comportement
- Tu peux utiliser cette grille pour discuter de tes émotions avec un adulte ou des camarades

Heureux.se	Normal.e	Stressé.e	Triste	En colère
				

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

Ta signature :

Signature de la maîtresse :

Signature des parents :

Commentaires, observations :



# Comment te sens-tu aujourd'hui ?



- Utilise la grille suivante pour suivre ton humeur générale à la fin de chaque journée de classe : colorie chaque soir la case du jour selon ton humeur
- Au final, tu verras comment ton humeur a évolué dans le mois et tu pourras voir si ton humeur influe sur tes résultats, tes relations avec les autres, ton comportement
- Tu peux utiliser cette grille pour discuter de tes émotions avec un adulte ou des camarades

Heureux.se	Normal.e	Stressé.e	Triste	En colère

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					




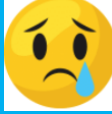

Ta signature :	Signature de la maîtresse :	Signature des parents :
Commentaires, observations :		

Jun 2022

# Comment te sens-tu aujourd'hui ?



- Utilise la grille suivante pour suivre ton humeur générale à la fin de chaque journée de classe : colorie chaque soir la case du jour selon ton humeur
- Au final, tu verras comment ton humeur a évolué dans le mois et tu pourras voir si ton humeur influe sur tes résultats, tes relations avec les autres, ton comportement
- Tu peux utiliser cette grille pour discuter de tes émotions avec un adulte ou des camarades

Heureux.se	Normal.e	Stressé.e	Triste	En colère
				

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			



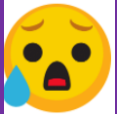


Ta signature :	Signature de la maîtresse :	Signature des parents :
Commentaires, observations :		

Juillet 2022

# Comment te sens-tu aujourd'hui ?



- Utilise la grille suivante pour suivre ton humeur générale à la fin de chaque journée de classe : colorie chaque soir la case du jour selon ton humeur
- Au final, tu verras comment ton humeur a évolué dans le mois et tu pourras voir si ton humeur influe sur tes résultats, tes relations avec les autres, ton comportement
- Tu peux utiliser cette grille pour discuter de tes émotions avec un adulte ou des camarades

Heureux.se	Normal.e	Stressé.e	Triste	En colère
				

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

Ta signature :

Signature de la maîtresse :

Signature des parents :

Commentaires, observations :