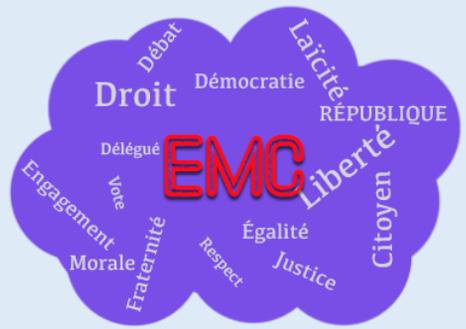
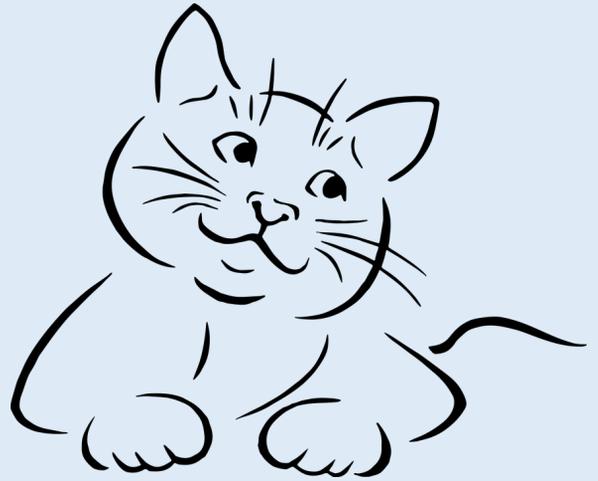


Nos p'tits bonheurs



**Nos petits moments  
de bonheur**

Source documents : [lelivresscolaire.fr](http://lelivresscolaire.fr)

**P'tit blog de Segpa**



# Nos idées avant de commencer...

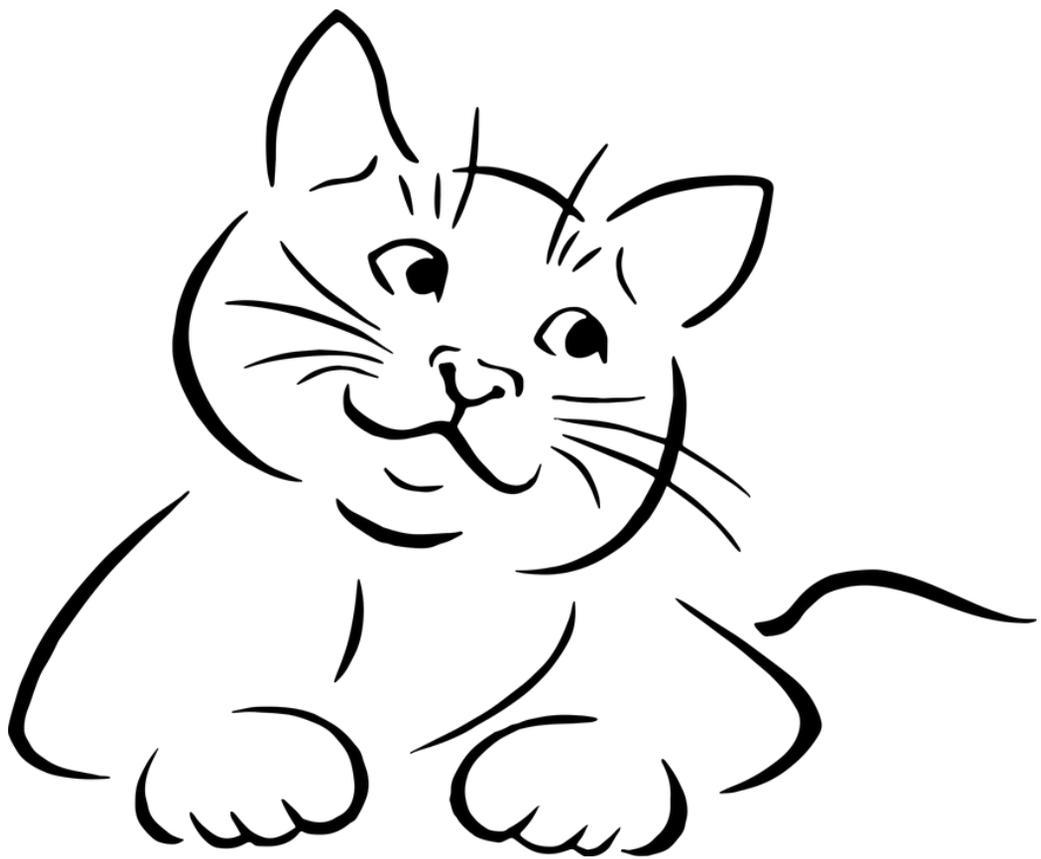


## Nos petits moments de bonheur

Au quotidien, nous recherchons les **moments de bonheur** qui nous font nous sentir bien.

Au collège, des **initiatives** simples à mettre en place peuvent nous apporter aussi beaucoup d'estime et de bien-être.

**Partons à la découverte du bonheur !**

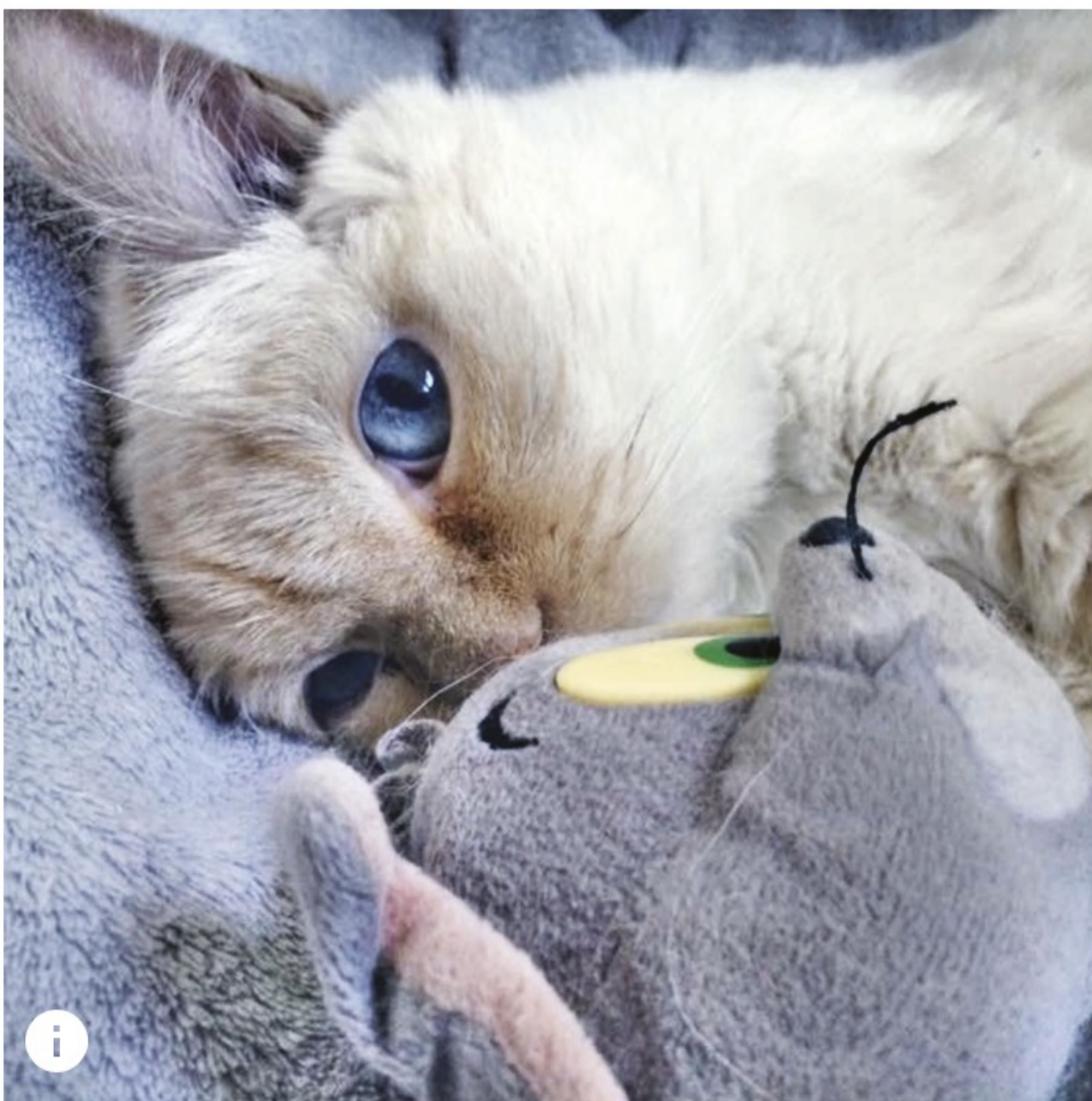


## Des moments de bonheur

Voici plusieurs **photographies** choisies par des habitants de Ris-Orangis (Essonne) pour illustrer des moments de bonheur.

**Choisissez** celle qui représente le mieux le bonheur pour vous,

puis **réalisez un dessin** ou une photographie de votre propre « moment de bonheur ».



Exposition « Les p'tits bonheurs : 100 photos pour montrer des bonheurs simples, MJC de Ris Orangis », 2015.



Exposition « Les p'tits bonheurs : 100 photos pour montrer des bonheurs simples, MJC de Ris Orangis », 2015.



Aujourd'hui 18:57

Je suis trop contente,  
je descends une  
semaine en décembre.  
Noël avec ma maman  
que j'aime et qui me  
manque LE BONHEUR  
QUOI!



Envoyer

Exposition « Les p'tits bonheurs : 100 photos pour montrer des bonheurs simples, MJC de Ris Orangis », 2015.



Exposition « Les p'tits bonheurs : 100 photos pour montrer des bonheurs simples, MJC de Ris Orangis », 2015.



Exposition « Les p'tits bonheurs : 100 photos pour montrer des bonheurs simples, MJC de Ris Orangis », 2015.



Pour définir le bonheur, on peut imaginer une échelle qui va des plaisirs les plus simples aux choses les plus belles [...].

- Je suis content car j'ai une bonne note à l'école, je gagne un match ou je progresse de niveau dans un jeu vidéo. Je passe un beau moment à lire mon magazine [ou] à regarder un bon film [...].
- Les moments d'harmonie et de douceur que l'on partage avec ses amis ou en famille, pendant lesquels on discute, on fait des choses ensemble, on imagine des projets et on se sent bien.
- La joie que l'on ressent devant [...] ce que l'homme est capable de réaliser. C'est un bonheur [...] qui nous saisit par exemple quand on entend parler d'une personne qui se bat contre une injustice, pour de grandes idées ou pour aider les autres.

Marie Révillion, « Être heureux, qu'est-ce que ça veut dire ? », Géo Ado, 28 juin 2011.

## Et à l'école ?

**Construisez des « petits moments de bonheur »** pour ponctuer les journées au collège : faites sourire votre établissement et mettez de la bonne humeur en lançant les initiatives suivantes.

### L'arbre des qualités



Faites écrire à tous les élèves la qualité qui les définit le mieux, celle qu'ils pensent être leur meilleur trait de caractère ! Réunissez toutes ces feuilles sur les branches de « l'arbre des qualités », que vous aurez préparé en grand format. Avec l'accord de votre professeur et du principal, vous pourriez placer cette arbre à l'accueil du collège, ou au CDI !

### L'initiative « Un mot, un jour »



Un mot positif distribué à chaque élève à leur arrivée au collège ? Pourquoi pas ! Dressez la liste des mots positifs que vous pourriez distribuer, puis préparez-les sur des petites fiches cartonnées, en les illustrant.

### La journée de l'élégance



#### JOURNÉE DE L'ÉLÉGANCE

Organisez un événement qui se déroulera sur toute une journée de cours, lors de laquelle tout le monde (les élèves et les adultes) devra venir bien habillé et parler avec élégance et distinction !

### Les élèves médiateurs



Pour faciliter l'entente entre les élèves et éviter les disputes, demandez à votre professeur de vous aider à former des paires d'élèves volontaires (un 6<sup>e</sup> et un 3<sup>e</sup>) qui seront « les médiateurs ». Leur rôle : aller vers tous les élèves et éviter les disputes en écoutant et en faisant discuter les élèves qui sont en conflit.

### La semaine du sourire



Imaginez une semaine durant laquelle, chaque jour, les élèves doivent discuter avec le plus grand nombre de personnes dans le collège (élèves et adultes). Pour créer le contact, le mot de passe sera un sourire !

## L'arbre des qualités



Faites écrire à tous les élèves la qualité qui les définit le mieux, celle qu'ils pensent être leur meilleur trait de caractère ! Réunissez toutes ces feuilles sur les branches de « l'arbre des qualités », que vous aurez préparé en grand format. Avec l'accord de votre professeur et du principal, vous pourriez placer cet arbre à l'accueil du collège, ou au CDI.

L'initiative « Un mot, un jour »

Jôieô

Sym<sup>pa</sup>

Amitié

Un mot positif distribué à chaque élève à leur arrivée au collège ? Pourquoi pas ! Dressez la liste des mots positifs que vous pourriez distribuer, puis préparez-les sur des petites fiches cartonnées, en les illustrant.

## Les élèves médiateurs



Pour faciliter l'entente entre les élèves et éviter les disputes, demandez à votre professeur de vous aider à former des paires d'élèves volontaires (un 6<sup>e</sup> et un 3<sup>e</sup>) qui seront « les médiateurs ». Leur rôle : aller vers tous les élèves et éviter les disputes en écoutant et en faisant discuter les élèves qui sont en conflit.

## La semaine du sourire



Imaginez une semaine durant laquelle, chaque jour, les élèves doivent discuter avec le plus grand nombre de personnes dans le collège (élèves et adultes). Pour créer le contact, le mot de passe sera un sourire !

La journée de l'élégance



## JOURNÉE DE L'ÉLÉGANCE

Organisez un événement qui se déroulera sur toute une journée de cours, lors de laquelle tout le monde (les élèves et les adultes) devra venir bien habillé et parler avec élégance et distinction !



## Organisation de p'tits bonheur

Quelle proposition vous plaît le plus ?

Comment l'organiser ?

Quand ?

Avec qui ?

Où ?

Communication

Matériel spécifique

