

# LA PRÉVENTION ÇA MARCHE !



**CAHIER D'ACTIVÉS**  
EN COMPLÉMENT  
AU PROGRAMME ESPACE

UNE ENFANCE  
EN SÉCURITÉ ET  
SANS VIOLENCE

DES ENFANTS  
QUI SE PROTÈGENT

DES ADULTES  
INFORMÉS ET  
CONSCIENTISÉS



Pour une enfance  
en sécurité et sans violence

**ATELIER ADAPTÉ**



Bonjour,

Maintenant que tu as participé à un atelier ESPACE, voici un cahier d'activités qui te propose quelques jeux et exercices. Il te rappellera les stratégies de prévention pour protéger, avec le soutien des adultes, tes droits fondamentaux à la sécurité, au courage et à la liberté.

Amuse-toi bien!



 **ESPACE**  
Mauricie  
Pour une enfance  
en sécurité et sans violence

[www.espacesansviolence.org](http://www.espacesansviolence.org)

Nous aimerions remercier ESPACE Chaudière-Appalaches ainsi qu'ESPACE Région de Québec pour leur précieuse collaboration.

# RECONNAÎTRE LES ÉMOTIONS

- Reproduis dans les ronds vides l'émotion qu'expriment les dessins du dessus et colorie ensuite l'ensemble des visages.
- Reproduis aussi les lettres des noms de chaque émotion en utilisant les pointillés.



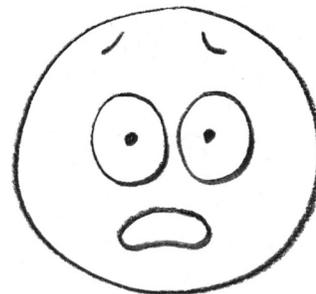
content



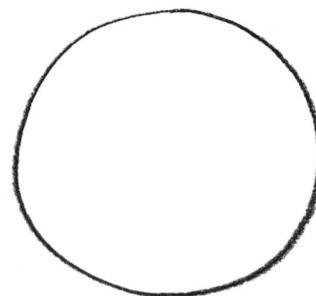
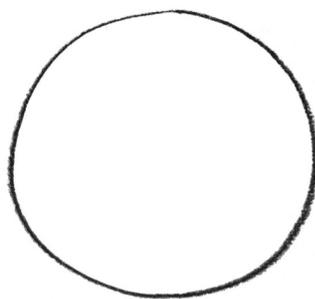
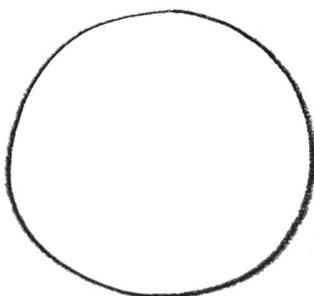
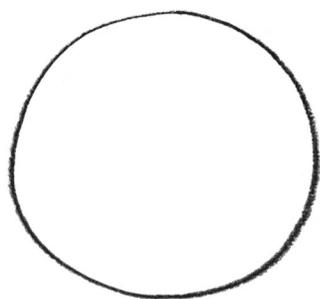
triste



fâché



apeuré



Combien de visages y a-t-il en tout, à la fin? \_\_\_\_\_

Si tu veux, avec une autre personne, faites le jeu du miroir en vous plaçant face à face et en reproduisant l'expression associée à chaque émotion sur vos visages, en même temps.

# UNE SITUATION D'INTIMIDATION

- Découpe les carrés de l'histoire.
- Colle ensuite chacun d'eux dans le carré approprié à la page suivante, afin de placer l'histoire en ordre chronologique.

1



2



3

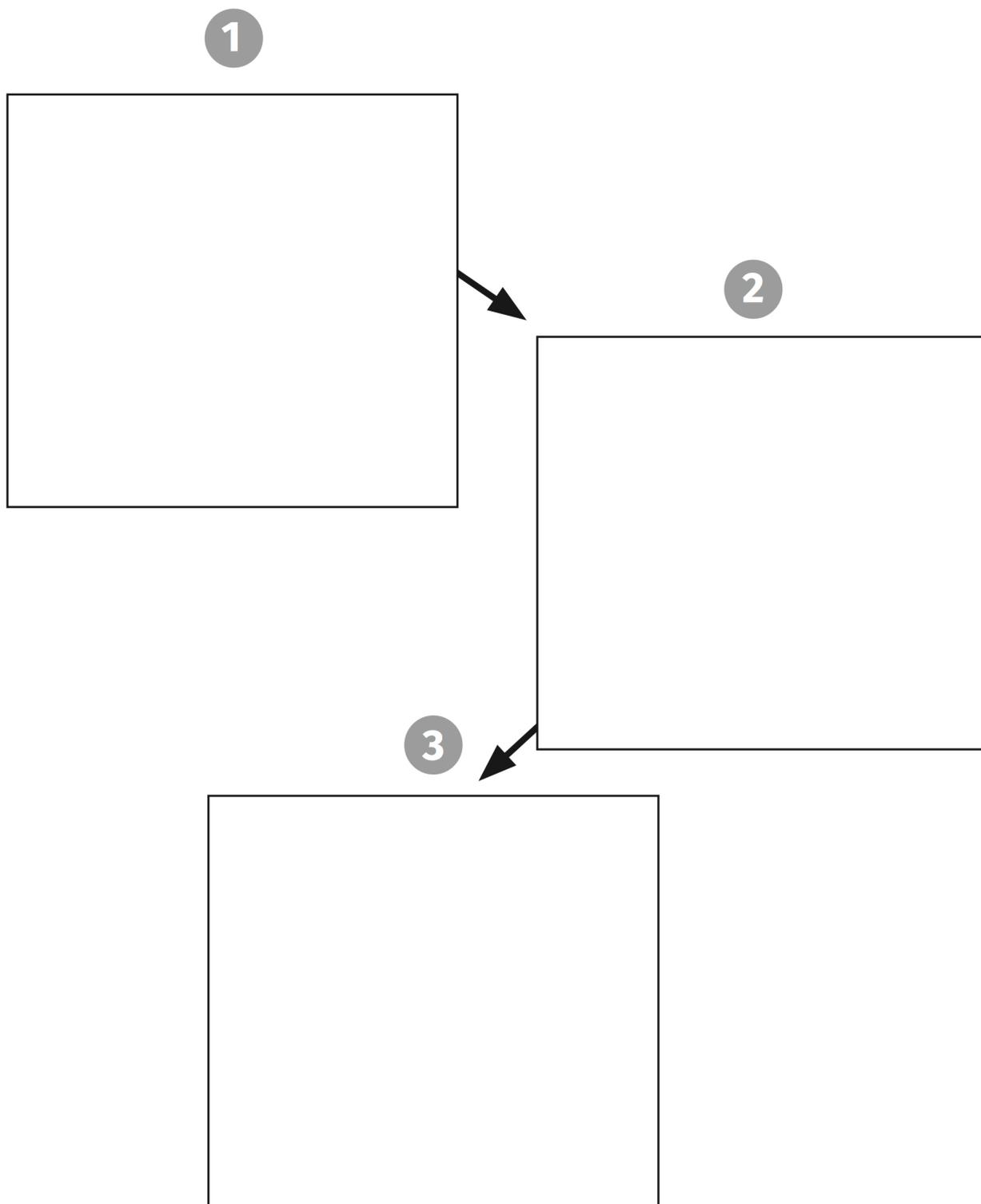


*Solution en p.19*



# HISTOIRE À REPLACER

- Place l'histoire en ordre chronologique.



# LE COURAGE DE S’AFFIRMER

• Relie les dessins identiques avec des flèches et colorie-les ensuite.

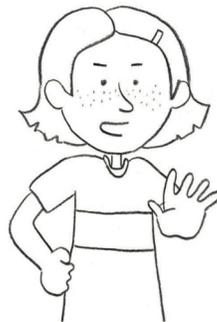
NON!



NON!



NON!



NON!



NON!



NON!



# LA LIBERTÉ DE CHOISIR



Solution en p.19

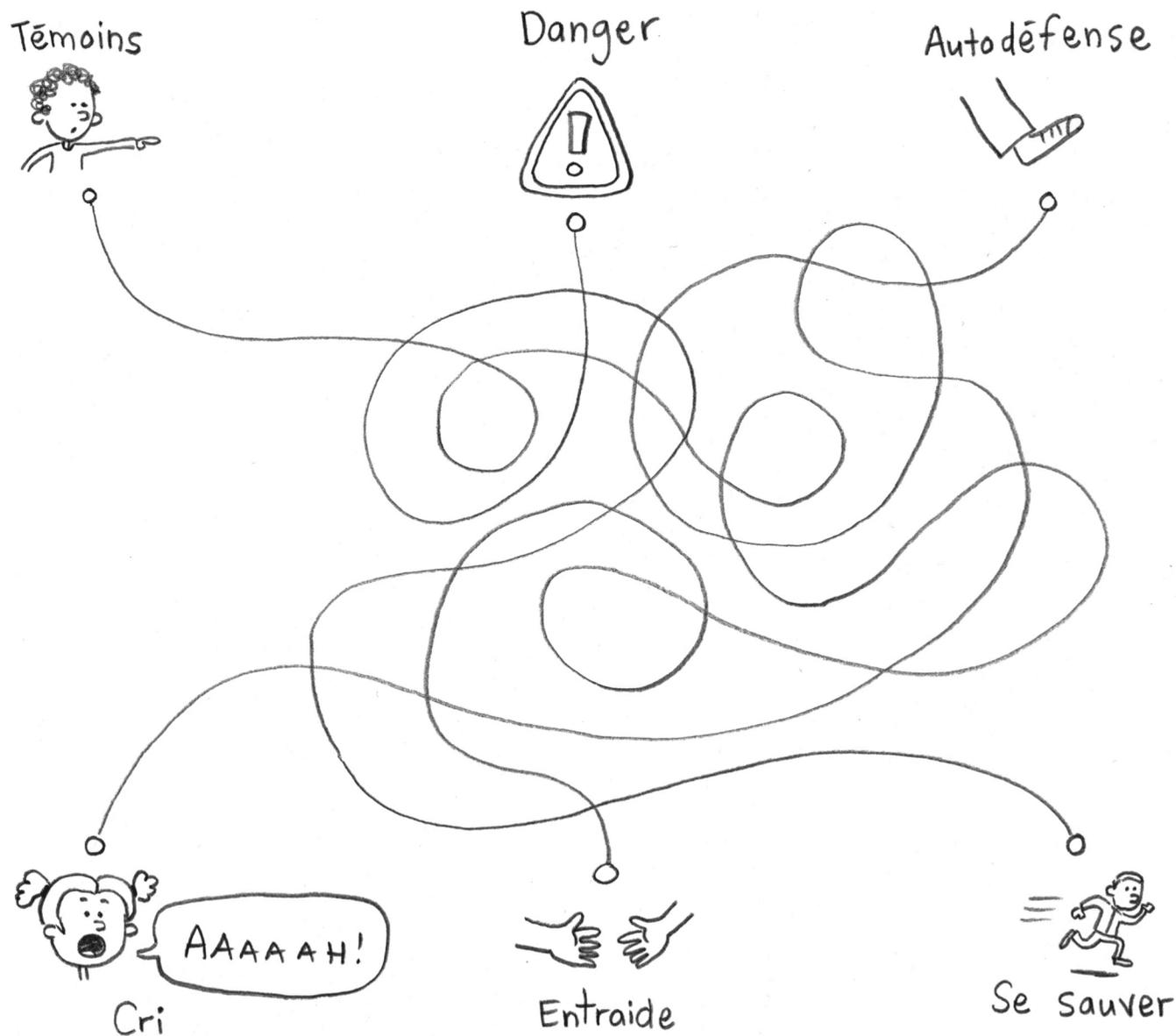
Retrouve ces six images dans la cour d'école.



Dans la cour d'école, les enfants se sentent en sécurité. Ils sont libres de choisir l'activité qu'ils veulent faire. Certains ont choisis de jouer au ballon. Combien de ballons vois-tu ? \_\_\_\_\_

# STRATÉGIES POUR RESTER EN SÉCURITÉ

- En utilisant une couleur différente pour chaque fil, suis le chemin des mots pour connaître celui qui est associé.
- Écris ensuite le mot sur la bonne ligne au bas de la page.



TÉMOINS =

\_\_\_\_\_

DANGER =

\_\_\_\_\_

AUTODÉFENSE =

\_\_\_\_\_

Solutions en p.19

# LES PARTIES DU CORPS

- Encerle dans la grille les mots qui représentent les différentes parties du corps humain.
- Trouve la solution.

J	M	B	R	A	S	O	N
A	É	P	A	U	L	E	S
M	B	O	U	C	H	E	G
B	C	N	E	Z	O	R	E
E	V	U	L	V	E	P	N
S	P	S	E	S	T	À	O
Y	E	P	I	E	D	S	U
E	N	M	D	O	S	O	X
U	I	F	E	S	S	E	S
X	S	I	M	A	I	N	S
P	O	I	T	R	I	N	E

FESSES

POITRINE

ÉPAULES

PIEDS

YEUX

GENOUX

VULVE

BRAS

MAINS

NEZ

BOUCHE

JAMBES

PÉNIS

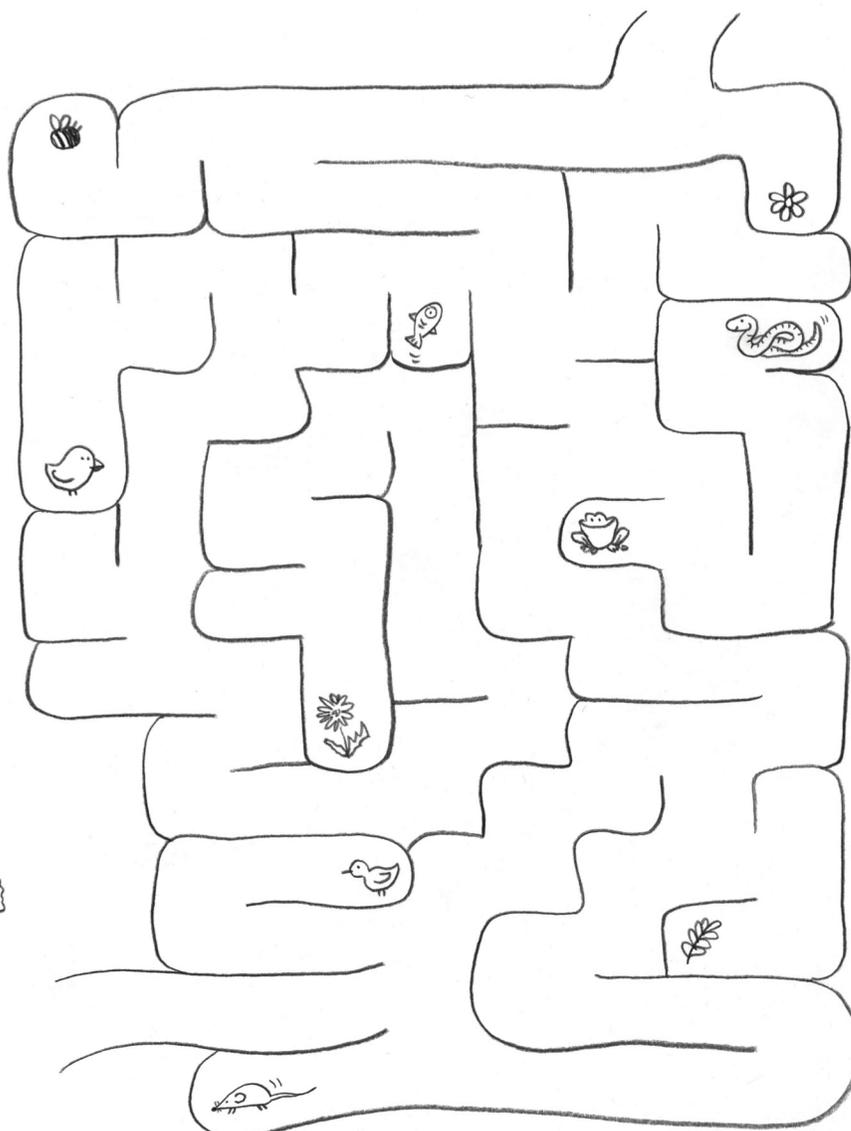
DOS

Solution : \_\_\_\_\_

Solution en p.19

# L'ENTRAIDE

- Karam ne va pas bien et a demandé l'aide de Maude. Peux-tu lui montrer le bon chemin?



Ne t'inquiète pas, Karam! J'arrive!



**Bravo!**

**Karam se sent plus fort avec son amie Maude.**

# LES STRATÉGIES D'AUTODÉFENSE

- Trouve les 10 différences et encercle-les.

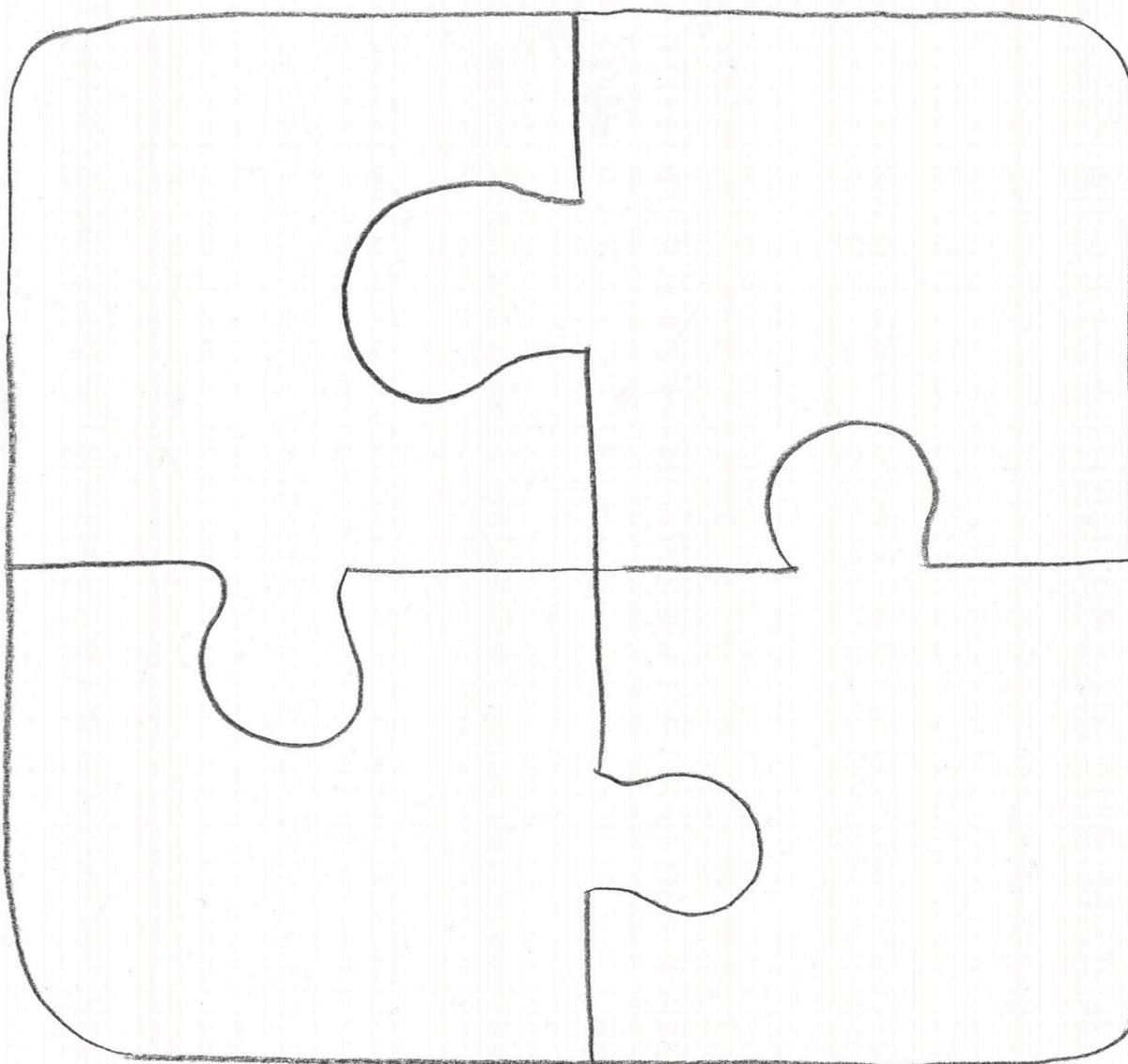


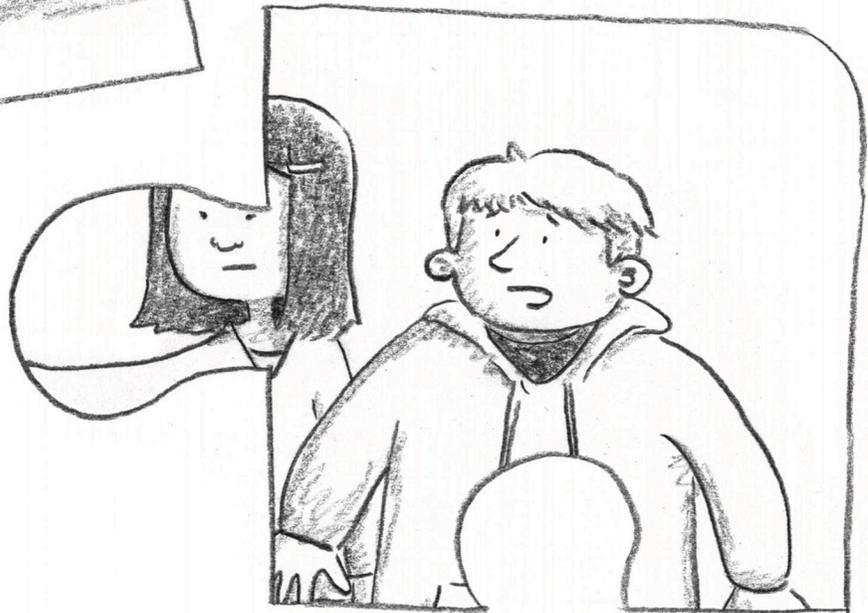
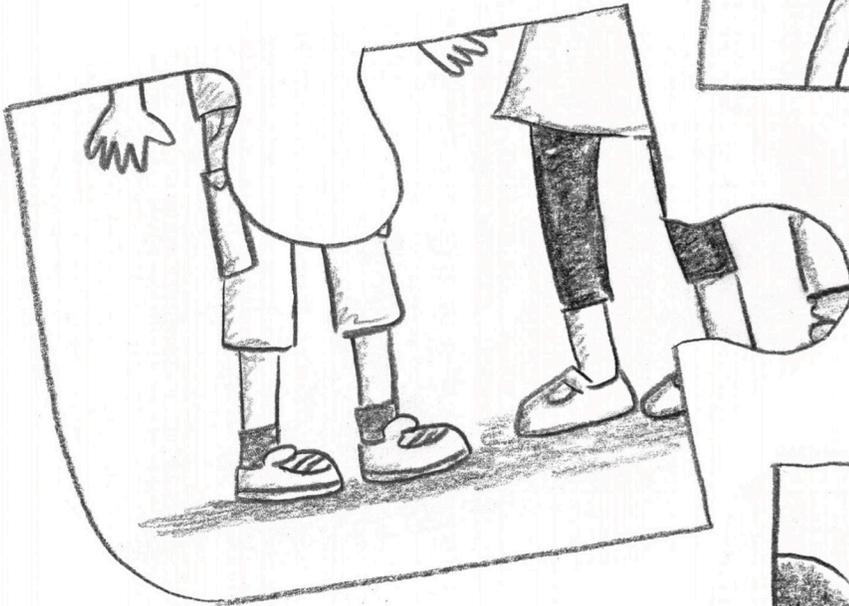
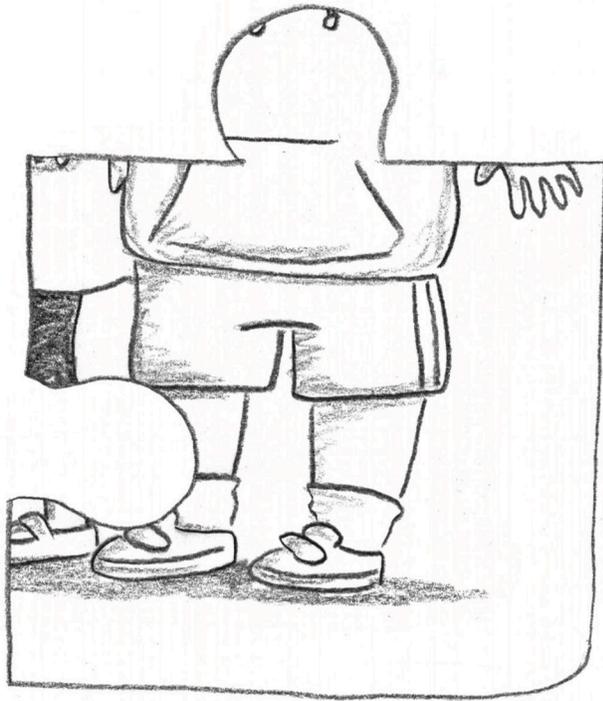
Solutions en p.19

# DEMANDER DE L'AIDE

- Découpe les pièces du casse-tête.
- Replace les morceaux au bon endroit.
- Si tu le désires, colorie le casse-tête.

## Demander de l'aide







# QUAND UTILISER L'AUTODÉFENSE

AAAAAH!!!

• Décode le message à l'aide de la grille.



	1	2	3	4	5
A	É	T	M	R	S
B	X	A	I	N	L
C	P	O	Q	G	U
D	F	J	E	D	C

A5 B3 D2 D3 A5 C5 B3 A5 D3 B4 D4 B2 B4 C4 D3 A4 D2 B2 B3

B5 D3 D4 A4 C2 B3 A2 D4 D3 D1 B2 B3 A4 D3 B5 D3 D5 A4 B3

A5 C1 A1 D5 B3 B2 B5 D3 A2 A2 C2 C5 A2 D5 D3 C3 C5 D3 D2 D3

C1 D3 C5 B1 C1 C2 C5 A4 A3 D3 D4 A1 C1 A4 D3 B4 D4 A4 D3

Solution en p.19

# SE CONFIER À UN ADULTE

- Relie les pointillés.

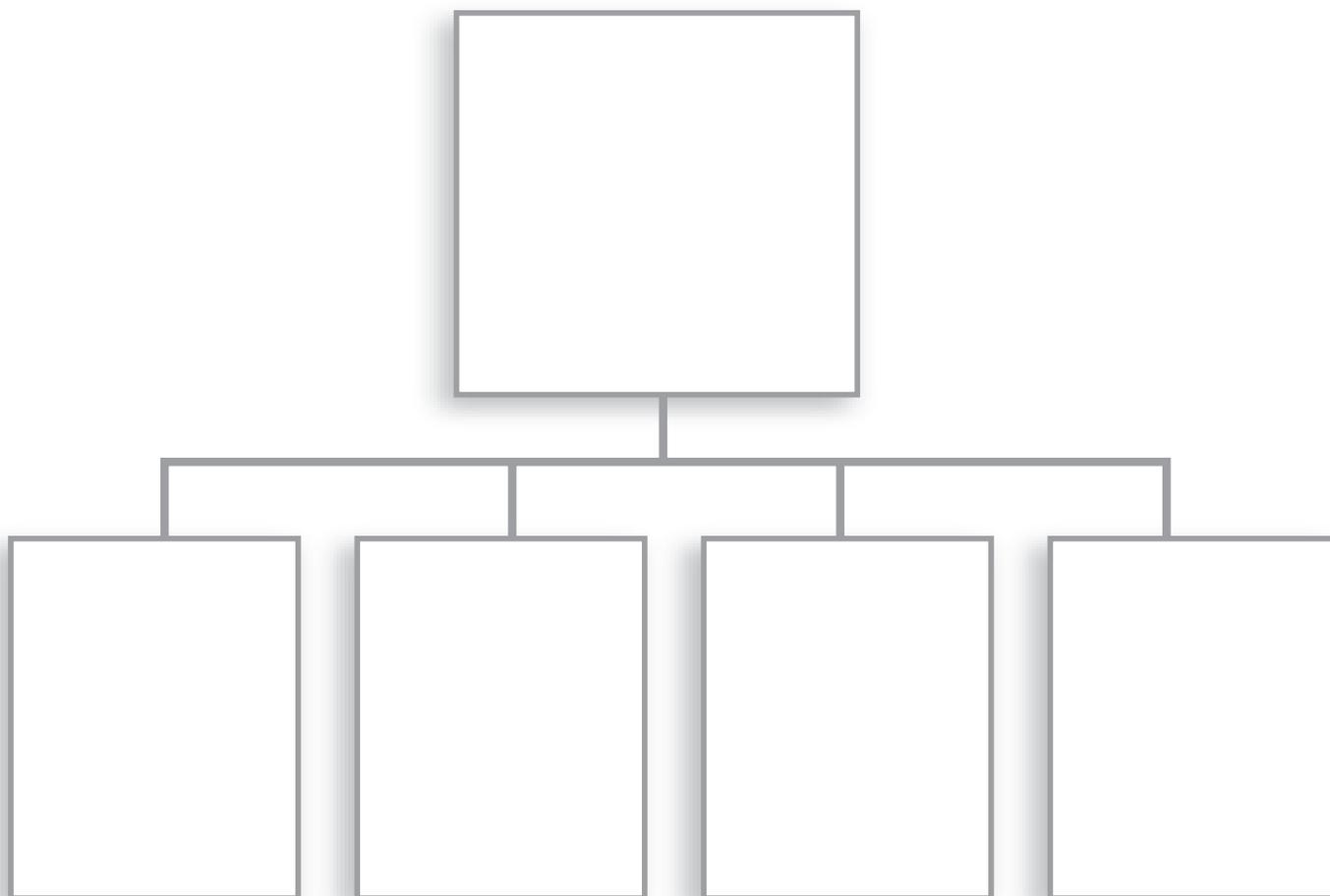


**Si tu en as besoin, parle à un adulte de confiance.**

# MES ADULTES DE CONFIANCE

- Dessine ou colle des photos d'adultes en qui tu as confiance et qui pourraient t'aider.

**MOI**



## SOLUTIONS AUX JEUX

**UNE SITUATION D'INTIMIDATION (p.5-6-7)** L'ordre = 3, 2, 1.

**LA LIBERTÉ DE CHOISIR (p.9)** Il y a 5 ballons.

**STRATÉGIES POUR RESTER EN SÉCURITÉ (p.10)**

Témoins = entraide. Danger = se sauver. Autodéfense = cri.

**LES PARTIES DU CORPS (p.11)** Solution = Ton corps est à toi.

**LES STRATÉGIES D'AUTODÉFENSE (p.13)**

1. Casquette à l'inconnu
2. Étoile manquante au genou de l'inconnu
3. Fleur au sol

4. Boucle dans les cheveux de la fille

5. Trois boutons sur le chandail de la fille 6. Lettre A dans la bulle

7. Point d'exclamation dans la bulle

8. Robe de la fille témoin

9. Lunettes du garçon

10. Pantalon du deuxième garçon

**QUAND UTILISER L'AUTODÉFENSE (p.17)**

Si je suis en danger, j'ai le droit de faire le cri spécial et tout ce que je peux pour me déprendre.



[www.espacesansviolence.org](http://www.espacesansviolence.org)

