

# LA PRÉVENTION ÇA MARCHE !



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

UNE ENFANCE  
EN SÉCURITÉ ET  
SANS VIOLENCE

DES ENFANTS  
QUI SE PROTÈGENT

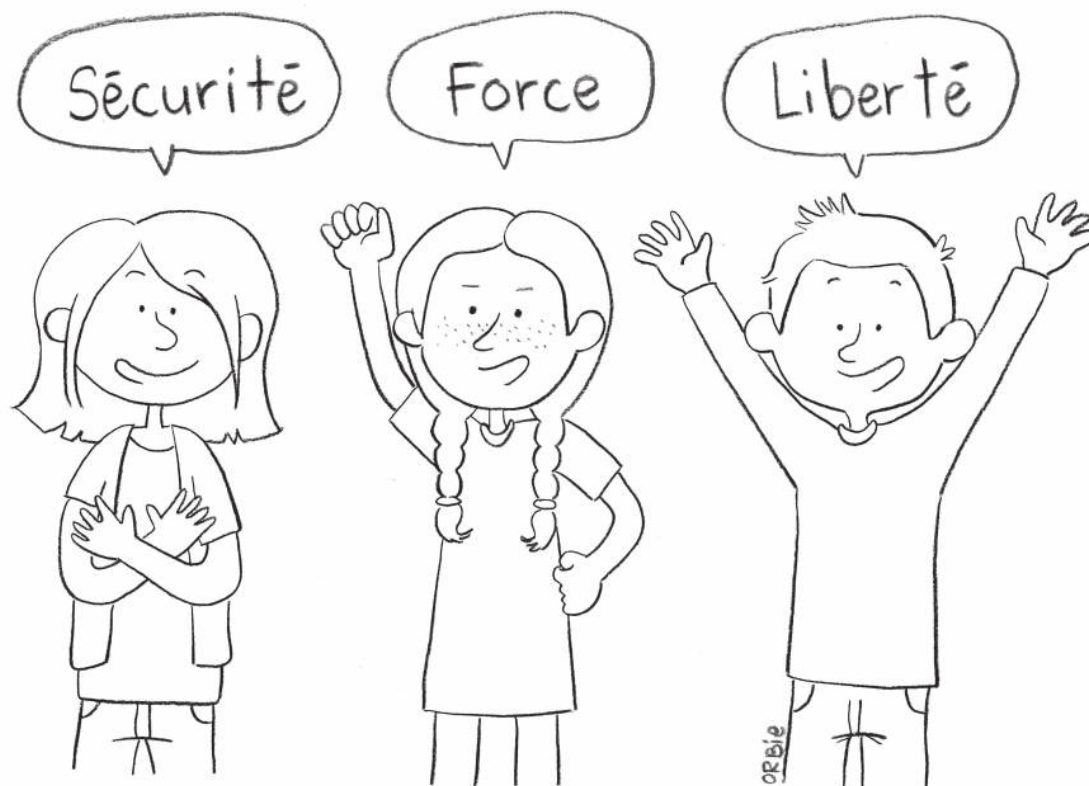
DES ADULTES  
INFORMÉS ET  
CONSCIENTISÉS



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, à la force et à la liberté.

Amuse-toi bien!



Pour une enfance  
en sécurité et sans violence

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

©Regroupement des organismes ESPACE du Québec 2016

# CHARADES

- Réponds aux quatre devinettes et tu trouveras chaque fois un tout.

**1.** Mon 1<sup>er</sup> est une partie du corps : \_\_\_\_\_  
Mon 2<sup>e</sup> est une maladie transmissible de l'animal à l'être humain : \_\_\_\_\_

Mon tout est la force qu'on possède toutes et tous à l'intérieur de soi : \_\_\_\_\_

**2.** Mon 1<sup>er</sup> est la première lettre de l'alphabet : \_\_\_\_\_  
Mon 2<sup>e</sup> est une sorte de roche sédimentaire : \_\_\_\_\_  
Mon 3<sup>e</sup> est le féminin de frère : \_\_\_\_\_

Mon tout est une personne qui commet une agression : \_\_\_\_\_

**3.** Mon 1<sup>er</sup> est l'endroit où l'on dort : \_\_\_\_\_  
Mon 2<sup>e</sup> est la première partie du mot berceau : \_\_\_\_\_  
Mon 3<sup>e</sup> est la vingtième lettre de l'alphabet : \_\_\_\_\_

Mon tout signifie faire ce qu'on a le goût de faire tout en respectant les droits des autres et les règles établies : \_\_\_\_\_

**4.** Mon 1<sup>er</sup> est synonyme de tic nerveux (habitude) : \_\_\_\_\_  
Mon 2<sup>e</sup>, c'est quand ça sent mauvais, ça... : \_\_\_\_\_  
Mon 3<sup>e</sup> est la sixième note de la gamme, do-ré-mi-... : \_\_\_\_\_  
Mon 4<sup>e</sup> est le verbe « scier » au présent de l'indicatif. Nous... : \_\_\_\_\_

Mon tout, c'est lorsqu'une personne fait semblant de s'intéresser à nous pour obtenir ce qu'elle veut. Elle fait de la : \_\_\_\_\_



Solutions à la page 12

# MOT CACHÉ

- Encerle dans la grille les mots en lien avec les stratégies de prévention.
- Replace les lettres de la solution en ordre.

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

Adultes	Conflit	Fier	Primordial
Aider	Coopération	Fière	Problème
Amies	Corps	Fondamental	Protection
Amis	Cri	Force	Responsabilité
Amitié	Discuter	Intimidation	Secret
Amour	Droits	Intouchable	Sécurité
Autodéfense	Éducatrices	Joie	Solidarité
Bien-être	Émotions	Manipulation	Solution
Courage	Enseignants	Moi	Soutien
Colère	Ensemble	Moquerie	Témoins
Communiquer	Entraide	NON	Toi
Confiance	Estime	Parents	Toucher
Confidence	Exprimer	Parler	Valeur

Indice : Il est respectable.

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

Solution à la page 12

## MOTS MANQUANTS

- Trouve dans l'encadré les mots qui manquent dans le texte et écris-les à la bonne place.

méchantes solutions intimidation classe accompagner tentent  
sanglots professeur entente surprise menacé

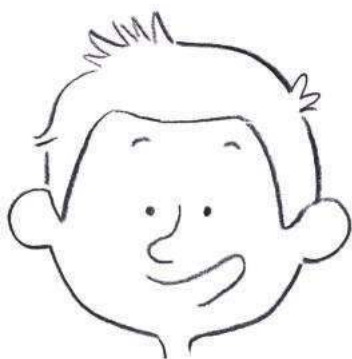
### Journée de surprises

C'est vendredi et votre professeur a décidé de vous faire une \_\_\_\_\_. Il a préparé des ateliers de jeux de toutes sortes pour féliciter toute la \_\_\_\_\_ pour les bons comportements de la semaine. Pendant cette agréable journée placée sous le signe de la détente, certains de vos camarades de classe se rendent compte que Joey ne va pas bien. Ils \_\_\_\_\_ de savoir ce qu'il a, mais Joey ne leur répond pas. Martin décide d'aller dire à votre \_\_\_\_\_ que Joey n'a vraiment pas l'air de bien aller. Quand votre enseignant va voir Joey pour lui demander comment il se sent, celui-ci éclate en \_\_\_\_\_ et raconte qu'un élève d'une autre classe lui dit des choses \_\_\_\_\_ chaque fois qu'il le voit. Ce matin, il l'a \_\_\_\_\_ de lui faire mal à la récréation.

Joey ne se sent pas en sécurité et ne veut pas aller à la récréation. Tout le monde essaie de trouver des \_\_\_\_\_ pour l'aider. Certains d'entre vous lui offrent de l'\_\_\_\_\_ aux prochaines récréations. Une personne lui propose aussi de l'accompagner sur le chemin du retour à la maison. Votre professeur prend une \_\_\_\_\_ avec lui : Joey va en parler à ses parents ce soir. Lundi, il va redonner des nouvelles à votre professeur pour faire un bilan de la situation et s'assurer que l'\_\_\_\_\_ s'arrête.



Que ferais-tu dans une situation semblable? \_\_\_\_\_

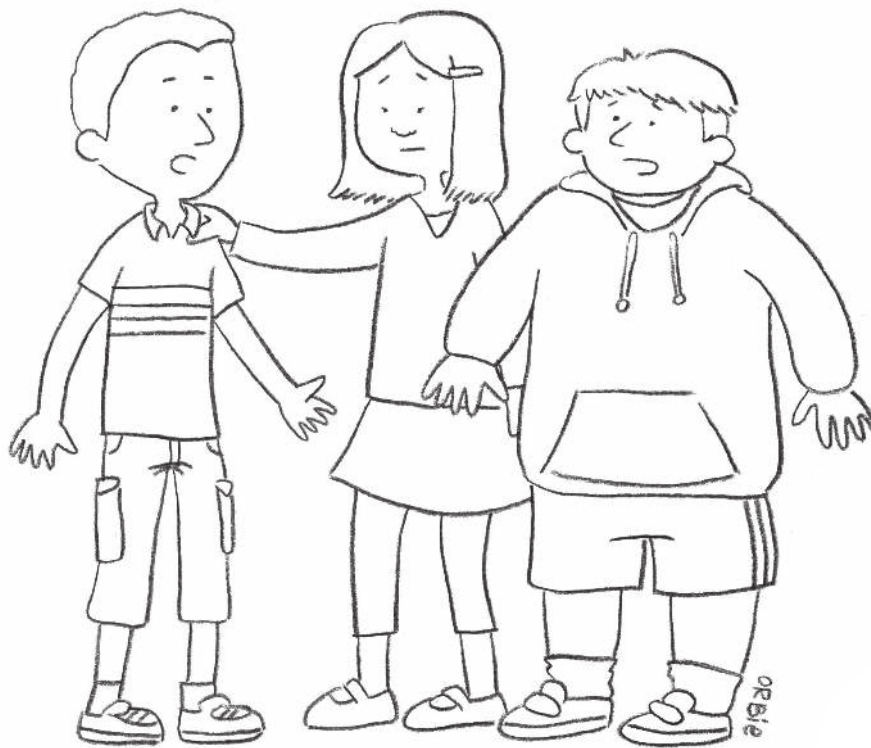
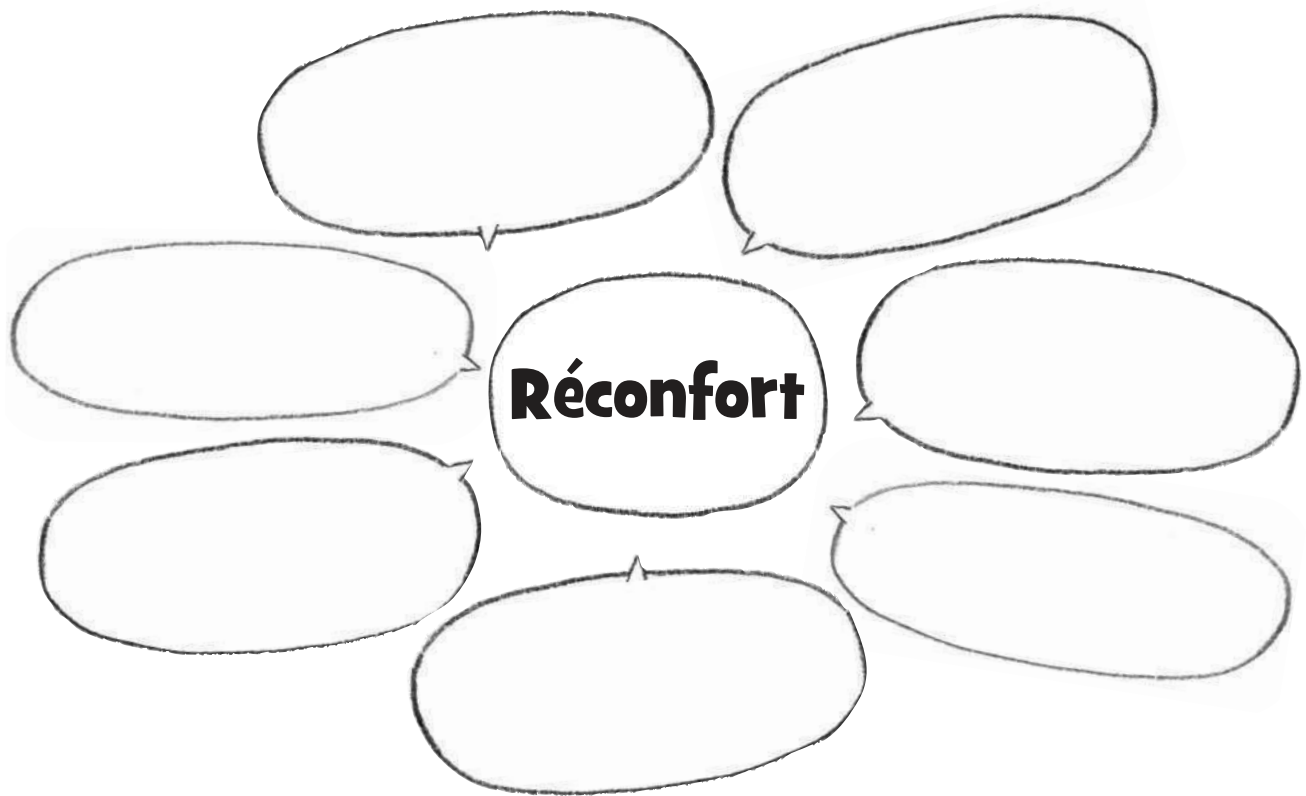


Quand quelqu'un nous enlève  
nos droits, c'est important d'en  
parler jusqu'à ce que ça s'arrête.  
Toi, à qui en parlerais-tu?

Solution à la page 12

## MOTS MANQUANTS (SUITE)

- Note dans les bulles les mots et les gestes réconfortants que tu repères dans le texte.

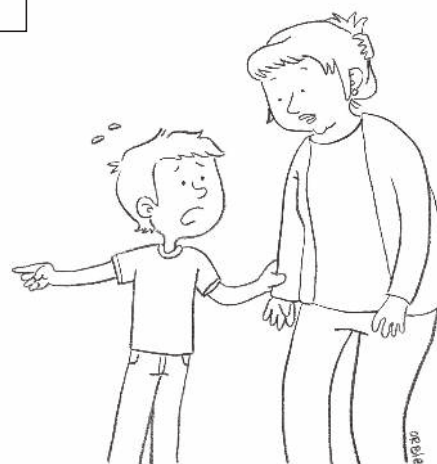
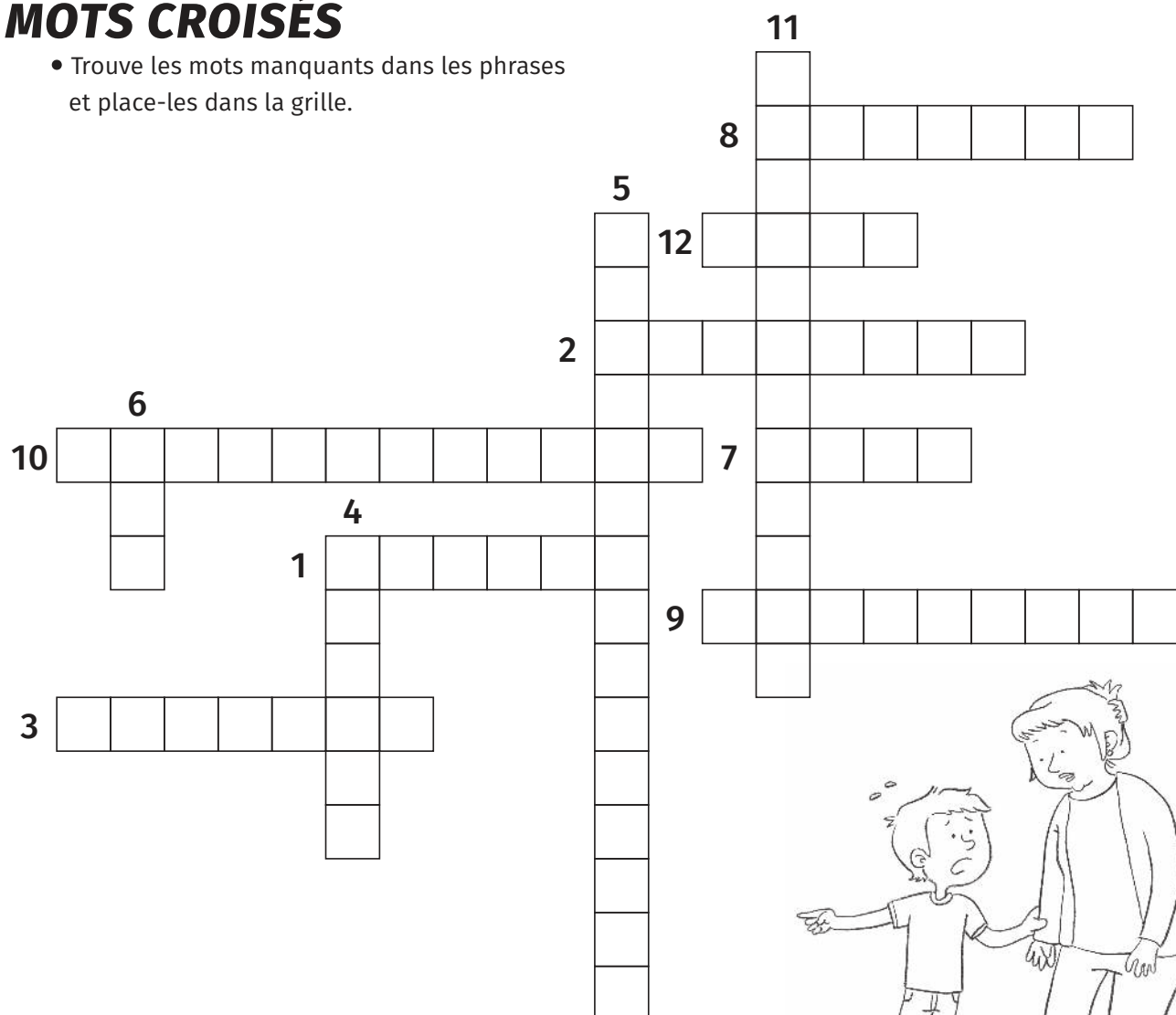


Solution à la page 12



# MOTS CROISÉS

- Trouve les mots manquants dans les phrases et place-les dans la grille.



1. La sécurité, la force et la liberté sont des \_\_\_\_\_ fondamentaux.
2. Quand une personne se sent protégée, elle se sent en \_\_\_\_\_.
3. Le \_\_\_\_\_ est la force que chacune et chacun possède au fond de son cœur.
4. J'utilise l'autodéfense en cas de \_\_\_\_\_ seulement.
5. J'ai des droits et j'ai aussi des \_\_\_\_\_.
6. \_\_\_\_\_ est un petit mot qui montre clairement que je ne suis pas d'accord.
7. Pour me sentir plus en sécurité et plus courageuse ou courageux, je peux aller chercher l'aide de mes \_\_\_\_\_.
8. C'est important de ne pas garder un secret qui me rend triste. Je ferais mieux d'en parler à des \_\_\_\_\_ qui peuvent m'aider.
9. Parler à une personne en qui j'ai \_\_\_\_\_ peut m'aider à trouver des solutions.
10. De l'\_\_\_\_\_, c'est une façon de menacer une personne en utilisant des gestes, des regards ou des paroles qui lui font peur. C'est de la violence.
11. De la \_\_\_\_\_, c'est une façon de faire semblant de s'intéresser à une personne seulement dans le but d'obtenir des faveurs (des baisers, des caresses, de l'argent, etc.).
12. Si j'ai perdu mes droits ou si je me sens mal à l'aise dans une situation, je peux aller chercher de l'\_\_\_\_\_.

Solutions à la page 12



# MESSAGES CODÉS

- Découvre les quatre messages à l'aide du code suivant.

A=■	B=🏆	C=✂️	D=🔄	E=🌙	F=🚫	G=🌿	H=🎵	I=📺	J=🔄	K=🌀
L=🕒	M=👁️	N=🕒	O=👤	P=📅	Q=⚡	R=⌚	S=👁️	T=📶	U=🔒	V=🔒
W=✓	X=x	Y=⊖	Z=⊕	À=↩️	È=♥	Û=📍	É=▶️	'=📎		

1. 🔄 📅🔒x 📶📺🕒📺👁️⌚ 🕒 ✂️🕒📎■🔒👤🔄▶️🌙🕒👁️  
🔒■🕒🔄 🔄 👁️ 📺🕒📺 🕒🕒 🔄■🕒🌿🕒.

2. 📅🕒📺👤🕒🕒🕒 🕒📎 🕒🕒 🔄👤📺📶 🔄 👁️ 🚫🕒🌿🕒🕒 🔄  
🔄🕒🕒🕒🕒 🔄📺 🏆🕒🌿📺👤 🔄📺 🌿■🕒📺📺📺📺 📺🕒 🔄  
🕒📎🕒🕒 ■📺 📅■📺 🕒🕒 🌿👤📶.

3. 🔄📎■📺 📅🕒📺🕒🕒 🔄 🏆🕒🕒🕒📺 ⚡🔒🕒📺📶📺🕒 🕒🕒  
🔒🕒📺🌿📺 📶🕒📺📺 :

1- \_\_\_\_\_ 2- \_\_\_\_\_ 3- \_\_\_\_\_

4. 📺🕒 ⊖ ■ ■🔒 👁️📺🕒📺 📶🕒📺📺 📅🕒📺👤🕒🕒🕒🕒 ⚡🕒 🔄  
📅🔒x ■🕒🕒🕒🕒🕒 📺📺🕒 📺🕒 🔄📎■📺 🕒🕒 📅🕒🏆🕒🕒♥👁️🕒 :

1- \_\_\_\_\_ 2- \_\_\_\_\_ 3- \_\_\_\_\_

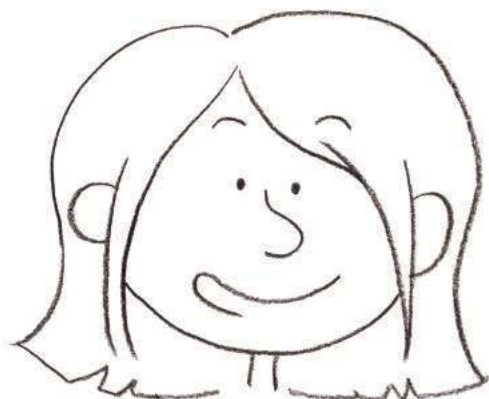
Solutions à la page 12

# PLACE CES DESSINS EN ORDRE CHRONOLOGIQUE

- Place les illustrations suivantes en ordre chronologique et colorie-les si tu en as envie.



1. 2. 3. 4. 5. 6.



Tu as le droit de te sentir bien et en sécurité peu importe où tu te trouves.

Pour de l'écoute ou pour dénoncer la cyberintimidation :

**[www.cyberaide.ca](http://www.cyberaide.ca) / 1 866 658-9022**  
**[jeunessejecoute.ca](http://jeunessejecoute.ca) / 1 800 668-6868**

Solution à la page 12

# ILLUSTRE LA BANDE DESSINÉE

- Illustre la bande dessinée en te fiant au texte dans les bulles.





# PLAN CARTÉSIEN DES RELATIONS AMOUREUSES

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

	1	2	3	4	5	6
A	k	T	m	w	s	e
B	h	a	i	n	l	d
C	v	b	i	q	r	u
D	.	c	p	t	d	z
E	f	e	n	r	j	p
F	o	s	l	g	x	m

A2 C6 D2 B1 F1 B3 F2 C3 A5 B5 B2 D3 A6 E4 A5 F1 E3 B4 E2

C4 C6 E2 D4 C6 C1 E2 C6 F5 A6 A3 C2 E4 B2 A5 F2 E2 C5 D1



Solution à la page 12

# SOLUTIONS AUX JEUX

## CHARADES (p. 2)

Solutions : 1. Courage 2. Agresseur 3. Liberté 4. Manipulation

## MOT CACHÉ (p. 3)

Solution : Mon espace vital

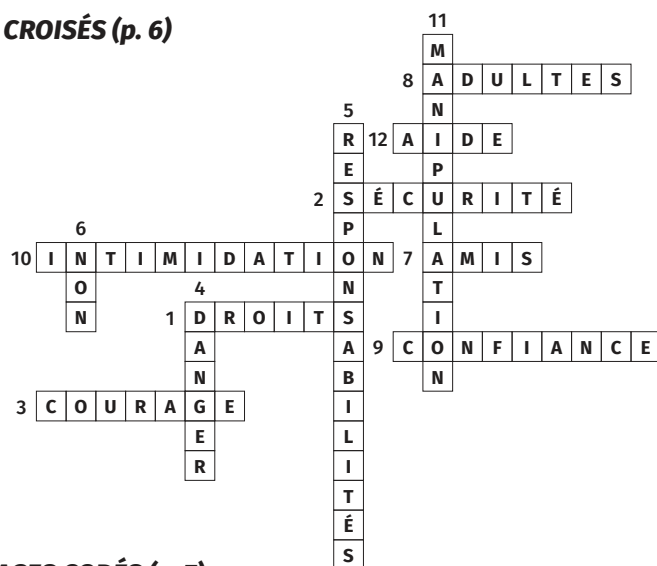
## MOTS MANQUANTS (p. 4)

C'est vendredi et votre professeur a décidé de vous faire une **surprise**. Il a préparé des ateliers de jeux de toutes sortes pour féliciter toute la **classe** pour les bons comportements de la semaine. Pendant cette agréable journée placée sous le signe de la détente, certains de vos camarades de classe se rendent compte que Joey ne va pas bien. Ils **tentent** de savoir ce qu'il a, mais Joey ne leur répond pas. Martin décide d'aller dire à votre **professeur** que Joey n'a vraiment pas l'air de bien aller. Quand votre enseignant va voir Joey pour lui demander comment il se sent, celui-ci éclate en **sanglots** et raconte qu'un élève d'une autre classe lui dit des choses **méchantes** chaque fois qu'il le voit. Ce matin, il l'a menacé de lui faire mal à la récréation. Joey ne se sent pas en sécurité et ne veut pas aller à la récréation. Tout le monde essaie de trouver des **solutions** pour l'aider. Certains d'entre vous lui offrent de l'**accompagner** aux prochaines récréations. Une personne lui propose aussi de l'accompagner sur le chemin du retour à la maison. Votre professeur prend une **entente** avec lui : Joey va en parler à ses parents ce soir. Lundi, il va redonner des nouvelles à votre professeur pour faire un bilan de la situation et s'assurer que l'**intimidation** s'arrête.

## Les mots et les gestes réconfortants dans le texte (p. 5)

1. Agréable journée.
2. Détente.
3. Demander comment ça va.
4. Les autres élèves essaient de trouver des solutions pour l'aider.
5. Une personne lui propose de l'accompagner.
6. Le professeur prend une entente avec lui.
7. Joey va en parler à ses parents.

## MOTS CROISÉS (p. 6)



## MESSAGES CODÉS (p. 7)

1. Je peux utiliser le cri d'autodéfense quand je me sens en danger.
2. Personne n'a le droit de me forcer à donner des bécots ou des caresses si je n'en ai pas le goût.
3. J'ai plein de belles qualités, en voici trois : 1-\_\_\_\_\_ 2-\_\_\_\_\_ 3-\_\_\_\_\_
4. Il y a au moins trois personnes que je peux aller voir si j'ai un problème : 1-\_\_\_\_\_ 2-\_\_\_\_\_ 3-\_\_\_\_\_

## PLACE CES DESSINS EN ORDRE CHRONOLOGIQUE (p. 8)

Solution : d-e-a-f-b-c

## PLAN CARTÉSIEN DES RELATIONS AMOUREUSES (p. 11)

Solution : 1. Tu choisis la personne que tu veux embrasser.





