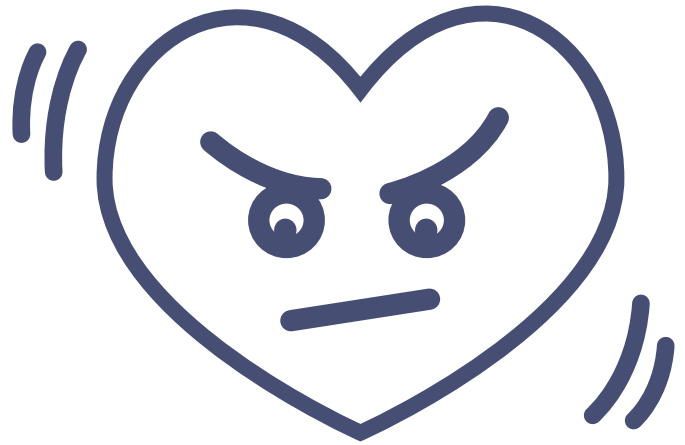
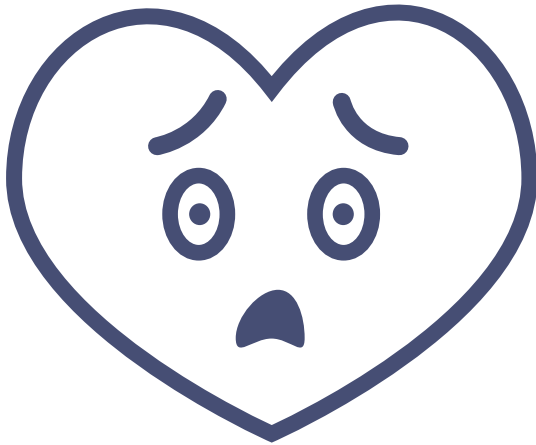


# Mes émotions en couleur (joie, tristesse et colère)

Colorie le cœur de la joie en **jaune**, celui de la tristesse en **bleu** et celui de la colère en **rouge**.



**Conseil**  
de Mme Pacifique

Cette semaine,  
quand tu vis une situation,  
nomme l'émotion que  
tu ressens.



du  
Tour  
des  
Parents

En compagnie de Monsieur Toutcœur, votre enfant a découvert ce qu'était une émotion. Il a développé sa compréhension des émotions de joie, de tristesse et de colère. Il a aussi appris à identifier les situations qui lui font vivre ces émotions.

**Pour aider mon enfant, je peux :**

- l'aider à mettre des mots sur ses émotions;
- nommer l'émotion que je ressens dans diverses situations;
- lui demander comment il se sent à différents moments de la journée.

à toi  
de jouer!

J'ai demandé à mes parents : « Dans quelle situation ressens-tu de la joie ? »

---



---



---



---



---



---

Vers le Pacifique

## Les émotions avec Monsieur Toutcœur

joie

tristesse

colère

surprise

gêne

peur

dégoût

déception

fierté

inquiétude

Et toi, comment te sens-tu?

4-5 ANS

Institut Pacifique