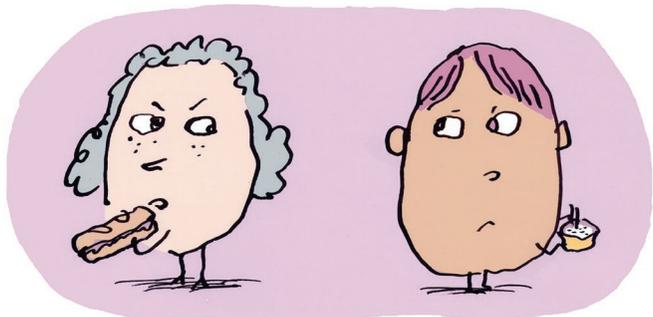


Est-ce un problème, d'être différent·e ?



Parfois, la différence fait peur, elle dérange, et elle forme un fossé entre les gens.



Mais, quand nos différences s'attirent, elles nous inspirent et nous poussent à grandir.



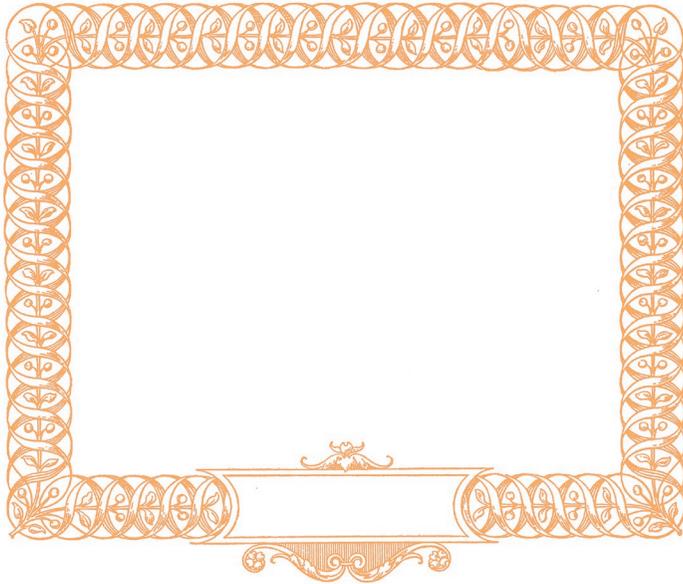
Pareils ou différents... ça dépend !

Et toi, te sens-tu plutôt différent·e des autres ou plutôt pareil·le ? Remplis ce tableau et tu verras sans doute que cela dépend des situations et que cela peut te procurer toutes sortes d'émotions !

	Pareil·le	Différent·e	Pourquoi?	Qu'est-ce que ça te fait?
Ta taille				
Ton sens de l'humour				
Tes vêtements				
Ton sport préféré				
Ta famille				
Tes résultats scolaires				
Tes plats préférés				
Ton artiste préféré				
La saison que tu préfères				
Le paysage dans lequel tu te sens le mieux				
Et aussi				
.....				
.....				

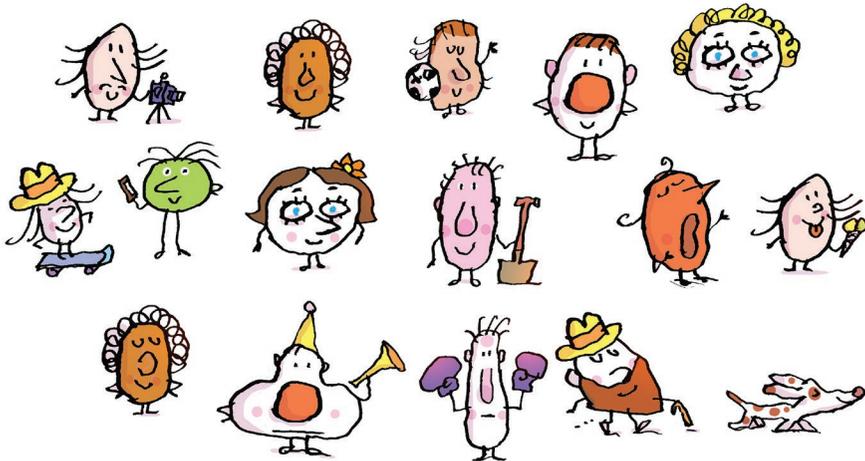
Tu es UNIQUE!

Dessine ton portrait en te regardant dans la glace et en insistant sur ce qui fait de toi quelqu'un d'unique. Est-ce la forme de tes yeux, ta fossette au menton, tes taches de rousseur, du rouge aux joues, un grain de beauté sur ton nez?...



Tous·tes différent·es... et pourtant!

Entoure les personnages qui ont au moins une chose en commun :



C'est toi... mais ce n'est pas toi!

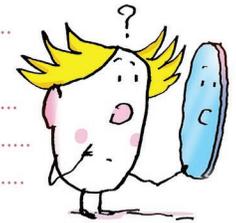
Décris ce que tu aimerais changer chez toi :

Si tu devais changer une ou des parties de ton corps, ce serait
..... et
ou encore
Et tu les remplacerais par

Si tu devais changer un ou plusieurs de tes traits de caractère, ce serait
.....
Et tu les remplacerais par plus de.....
.....et moins de.....

Si tu devais changer quelque chose dans tes goûts, ce serait

Et tu voudrais plutôt aimer



Trois pistes pour... bien vivre tes différences et celles des autres

1 Tu es parfois gêné·e face à des personnes qui ne te ressemblent pas. C'est le cas de plein de gens, car la différence fait souvent peur : certain·es ne sont pas à l'aise face aux gens en fauteuil roulant ; d'autres fuient ceux et celles qui ne pensent pas comme eux ou elles, ou rejettent les personnes avec une couleur de peau différente... Mais la

différence peut aussi attirer car elle montre la richesse des humains!

2 Sais-tu que depuis la préhistoire, notre cerveau est programmé pour nous pousser à faire partie d'un groupe sur lequel compter, en cas de danger ? Mais en imitant les autres (mêmes baskets, mêmes jeux, etc.), on s'empêche parfois d'être vraiment soi-même.

Ce que tu portes, fais ou dis reflète-t-il toujours qui tu es vraiment ?

3 Parfois, nos différences nous font sentir nul·le, moche, bête par rapport aux autres. D'autres situations nous font nous sentir super bien alors que les autres nous paraissent vraiment nul·les... Et si la meilleure façon de voir les choses était d'éviter de se comparer ?