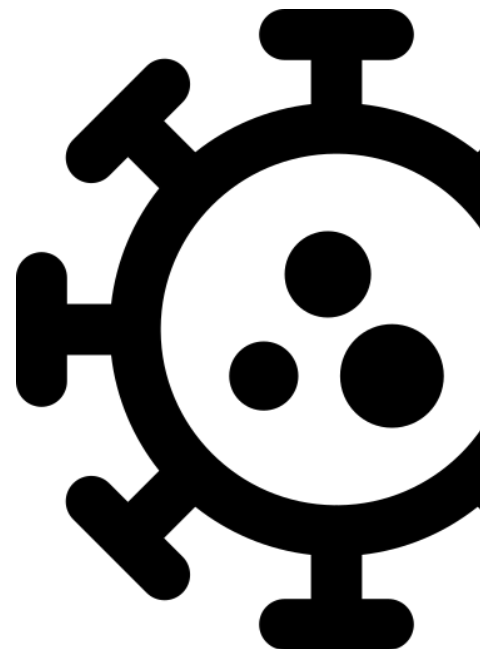
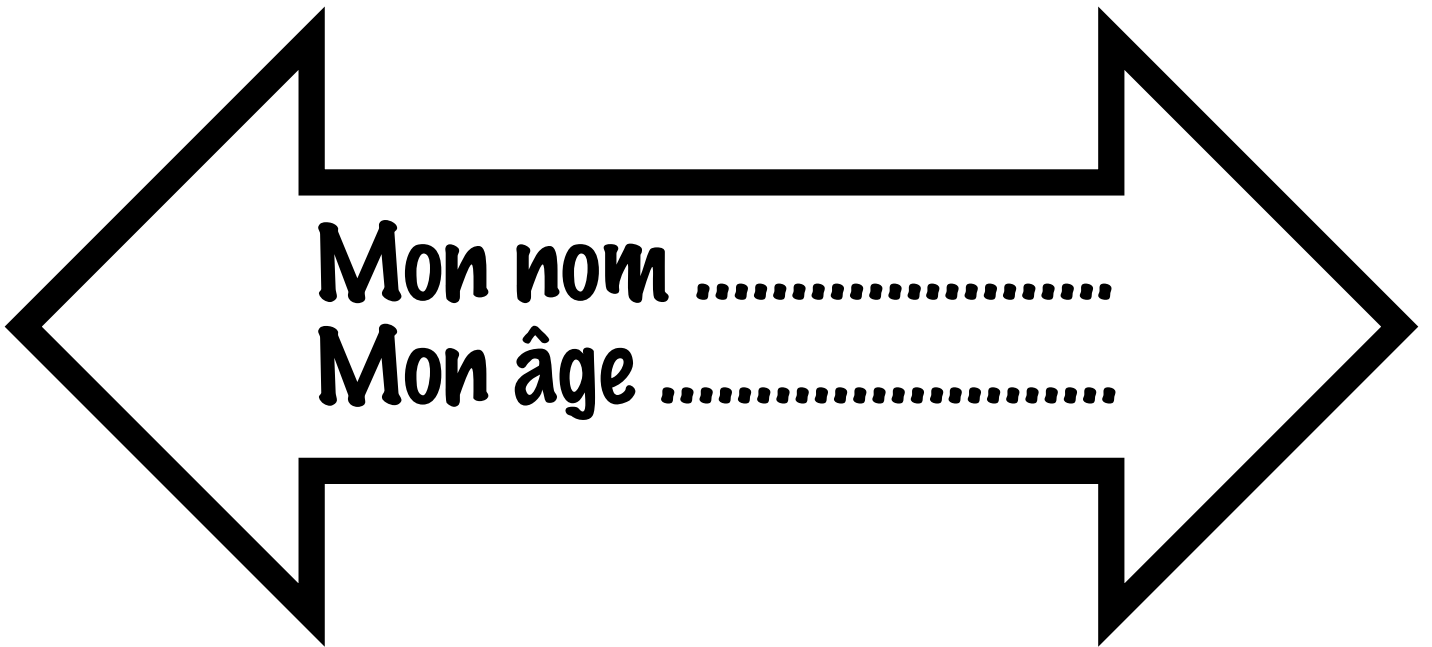


# Mon livre sur la quarantaine



# SUR MOI



Mon nom .....

Mon âge .....



Mon adresse:

.....

.....

.....

Je suis en quarantaine pour le Covid 19 depuis.....<Date>

# MON PAYS

Qui est le patron de votre pays / qui est le président de votre pays?

.....



Quelles sont les règles permettant de garantir qu'un nombre aussi limité que possible de personnes tombent malades à cause de COVID 19?

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

Quelle règle trouvez-vous la plus difficile à suivre et pourquoi?

.....  
.....

Que pouvez-vous faire pour rester en bonne santé?

.....

Dans quel pays habitez-vous?      Connaissez-vous des personnes qui ont de COVID 19?

# OU SUIS-JE?

Avec qui êtes-vous en quarantaine ? <Noms et âges>

Faites un plan de la maison dans laquelle vous vivez



Quel est votre endroit préféré dans votre maison? .....

Quel est le meilleur endroit d'être quand vous êtes triste?.....

.....

# MON ECOLE

Qui vous aide dans vos travaux scolaires? .....

Quelle est la matière scolaire que tu préfères?.....

Quelle est la matière scolaire que tu trouves la plus ennuyeuse ? .....

À quoi ressemble ton programme de la journée?



Time	What you are doing?

Avec qui de l'école es-tu en contact?.....

Qu'est-ce qui te manque le plus à l'école?.....

Quelle est la première chose que vous allez faire à ton retour à l'école ?.....

# FAMILLE & AMIS

**Avec quels amis avez-vous des contacts téléphoniques réguliers?**

.....

**Qui vous fait le plus rire?**

.....

**Qui vous manque le plus ?**

.....

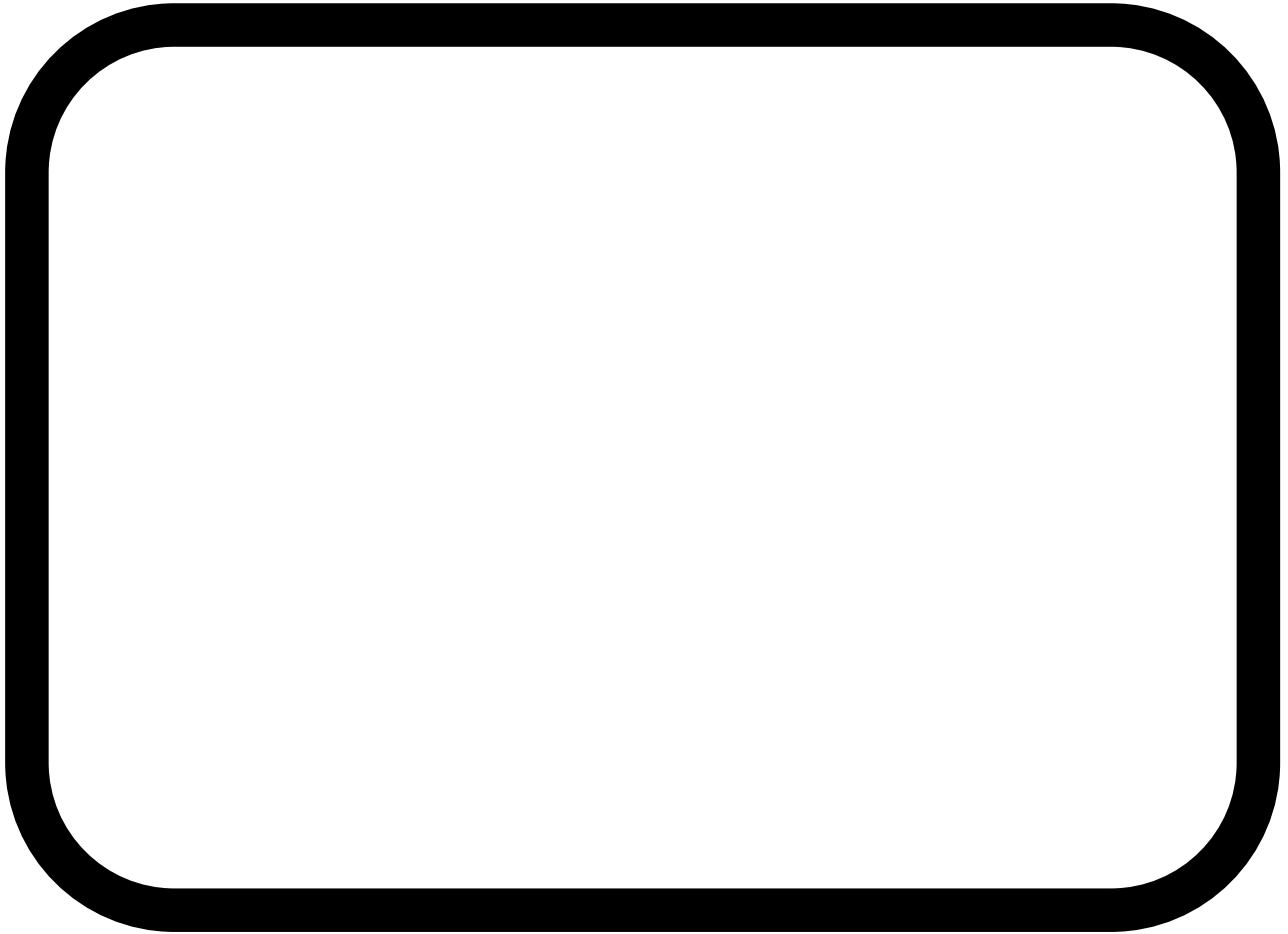
## **INTERVIEW**

**Interviewer une personne âgée de votre famille ou de votre environnement par téléphone ou par appel vidéo et leur poser les questions suivantes.**

- 1. Que faites-vous toute la journée pendant que vous êtes en quarantaine?**
- 2. Qu'est-ce qui vous rend heureux?**
- 3. Qui vient vous rendre visite?**
- 4. Quels sont vos programmes télévisés préférés?**
- 5. Êtes-vous inquiet?**
- 6. Qu'allez-vous faire aujourd'hui?**
- 7. Connaissez-vous un jeu amusant auquel je peux jouer?**
- 8. Que vas-tu manger?**
- 9. Recevez-vous de l'aide et de qui?**
- 10. Qu'est-ce qui vous manque le plus?**
- 11. Quelle est la première chose que vous ferez quand la quarantaine terminée?**
- 12. Que pensez-vous de cet appel?**

**Merci pour cette conversation!**

**Faites un bref compte-rendu de la conversation ci-dessous avec les réponses et les conseils les plus importants et les plus amusants:**



**Avec qui êtes-vous en quarantaine et quels sont leurs points forts ? Notez leurs noms et 3 qualités par personne:**

# MON JOURNAL

Faites un bref rapport avec toutes les choses amusantes et moins amusantes qui se passent chaque jour pendant votre séjour en quarantaine.

**Lundi:**

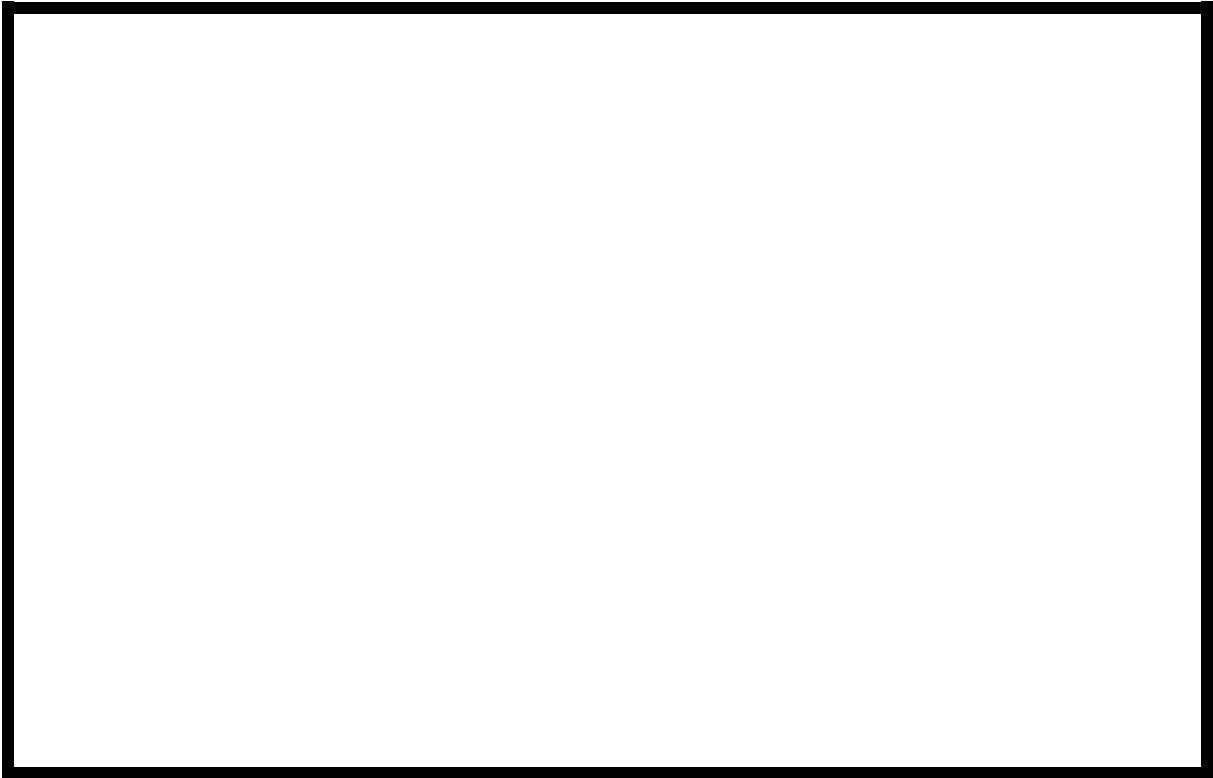


**Mardi:**

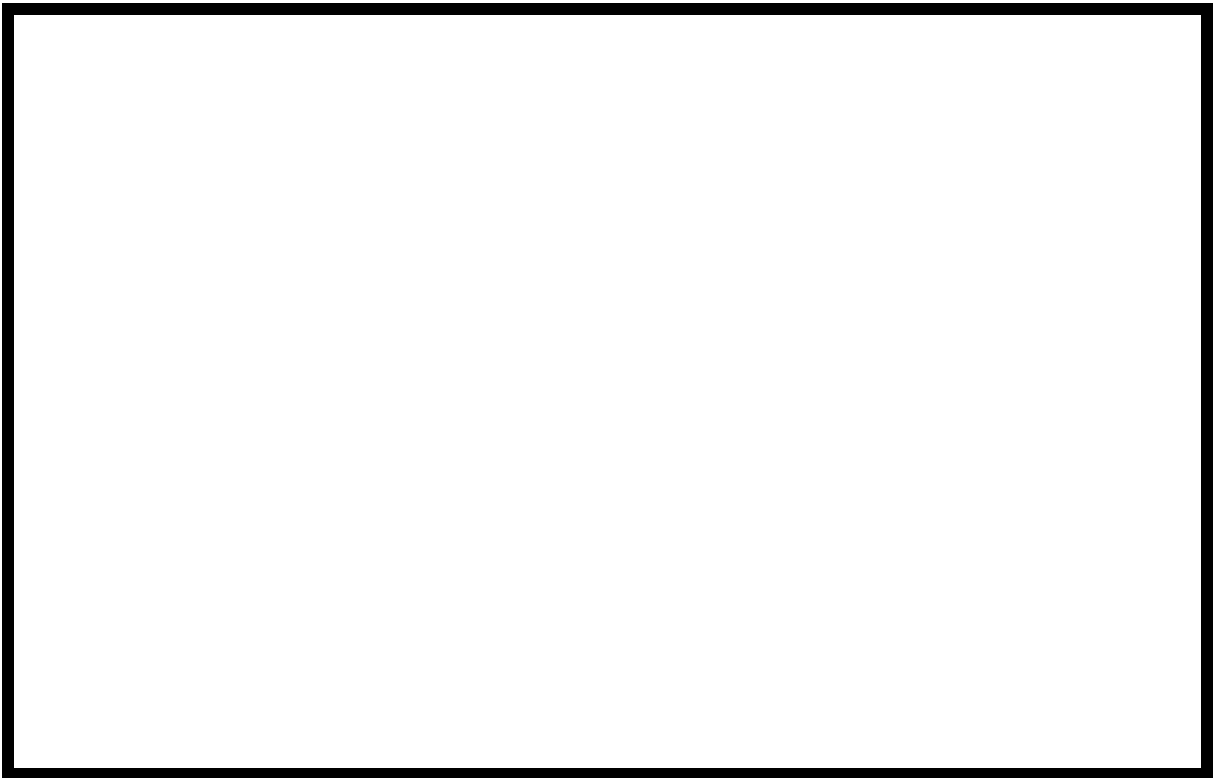




**Mercredi:**



**Jeudi:**



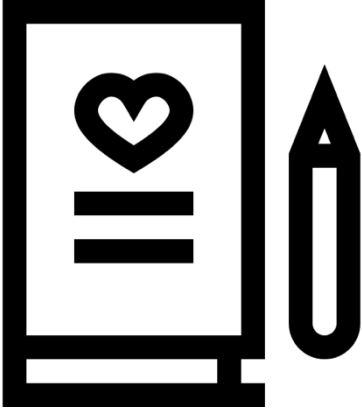
**Vendredi:**

A large, empty rectangular box with a thick black border, intended for writing or drawing.

**Samedi:**

A large, empty rectangular box with a thick black border, intended for writing or drawing.

**Dimanche:**



Faites 3 dessins sur votre vie avant la quarantaine, pendant la quarantaine et après la quarantaine.

# CREATIVITE



Avant la quarantaine	Pendant la quarantaine	Après la quarantaine

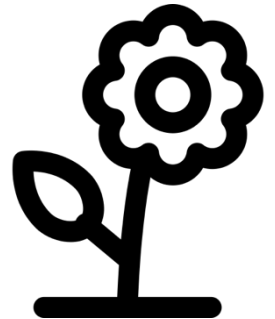
# NATURE

Quelle est la saison dans votre pays? .....

## CHALLENGE 1

<Vérifiez en premier lieu si le patron de votre pays vous laisse sortir à l'extérieur. Si ce n'est pas le cas, gardez le défi pour plus tard ou regardez à l'intérieur pour les articles que vous pouvez utiliser>

1. Collectionnez des objets de la nature ! Pierres, branches, fleurs à ramasser.
2. Transformer les objets en bijoux (médaille, bracelet ou collier)
3. Donnez les bijoux à une personne qui est en quarantaine avec vous
4. Partagez le résultat via les médias sociaux et utilisez les hastags #myquarantinebook #lifebook



## VOTRE MAIN

< Faites un dessin de votre main avec un stylo ou un crayon. Écrivez sur chaque doigt ce que vous aimez de la nature >

# LES NOUVELLES

SCherchez dans les journaux ou sur l'internet des informations sur COVID 19. Découpez un article ou un titre du journal et/ou imprimez une nouvelle à partir de l'internet et le coller en dessous. Vous n'avez pas d'imprimante ou de journal? Alors regardez sur internet et écrivez un certain nombre de titres de dans le carré.



Qu'est-ce qui vous fait plaisir dans les nouvelles?

.....

Qu'est-ce que vous n'aimez pas dans les nouvelles?

.....

# LOISIRS

## Votre Top 3 des aliments

1.

2.

3.

Que savez-vous cuisiner?.....

Qu'aimeriez-vous apprendre à cuisiner?

.....

Quelle est la recette de votre plat préféré?

.....

.....

.....

.....

.....

# Votre Top 3 TV & YOUTUBE

1.

2.

3.

Quel film avez-vous vu récemment ? .....

Quel est votre film préféré ? .....

# Top 3 des musiques

1.

2.

3.

Quelle musique écoutez-vous quand vous êtes triste ?  
.....

Quelle chanson vous rend heureux ?.....



# Sports et jeux

Quels sont les jeux auxquels vous jouez pendant la quarantaine?

.....

Quel est votre jeu préféré?

.....

Avez-vous lu un livre passionnant ou un beau livre? Quel est le titre du livre?

.....

# Poème

Faites un poème sur votre période de quarantaine en suivant les règles ci-dessous:

## Règles:

- La première ligne est composée d'un mot
- La deuxième ligne se compose de 2 mots
- La troisième ligne est composée de 3 mots
- La quatrième ligne est composée de 4 mots
- La cinquième ligne est composée d'un mot

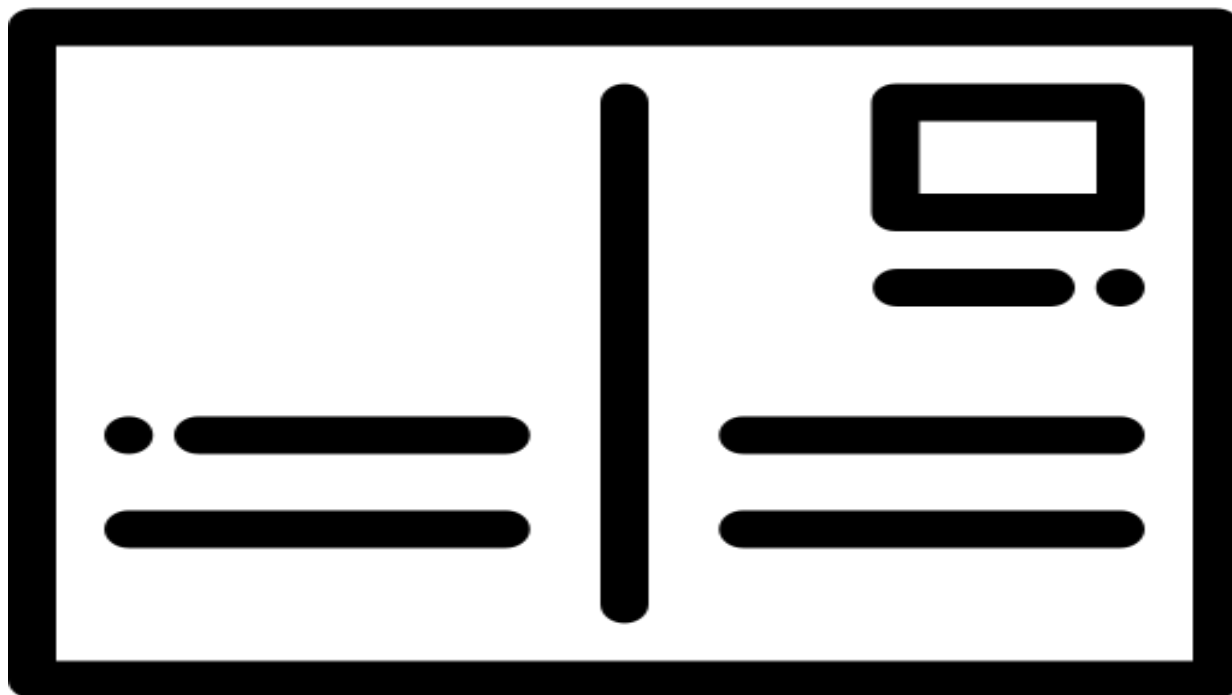
## Exemple

Quarantaine  
La maison  
Les écoles fermées  
Pas d'amis autour moi  
Bizarre

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

**À qui souhaitez-vous envoyer une carte? Remplissez l'adresse et faites un dessin au recto de la ou écrivez votre poème.**

**<Idée amusante : prenez des photos de cette carte et envoyez-la par courrier, par les médias sociaux ou par d'autres moyens à l'adresse pictures destinataire! >**



# MON FUTUR

Quelle est la première chose que vous ferez quand le Covid 19 aura disparu?

.....  
.....  
.....

Qu'attendez-vous le plus?

.....  
.....  
.....

Mon livre est terminé:                      <Date>

Ma signature:

# COLOFON

Mon livre de quarantaine est une initiative de l'ONG Lifebook for Youth. Il s'agit d'une activité ludique pour les enfants **MAINTENANT** et un rappel précieux pour **PLUS TARD**.

Pour plus d'informations : [www.lifebookforyouth.com](http://www.lifebookforyouth.com)  
Contact: [info@lifebookforyouth.com](mailto:info@lifebookforyouth.com)

Suivez-nous (Lifebook for Youth) sur les médias sociaux et partagez vos expériences ! #myquarantinebook #lifebook



Icon credits: [www.freepik.com](http://www.freepik.com)  
© Lifebook for Youth

