











ANNEXE 5

Cherche et trouve avec Noum: des ingrédients pour survivre, grandir et être bien

L'autre jour, j'ai dit à Moufle que j'avais besoin d'un nouveau skateboard. Elle m'a demandé si je connaissais la différence entre un besoin et un désir. Je ne la connaissais pas. Et toi, est-ce que tu la connais? Tous les êtres vivants (les plantes, les arbres, les animaux et les humains) ont des besoins indispensables pour assurer leur survie et leur bien-être. Tout ce qui est vivant doit pouvoir se nourrir, boire, respirer et se reposer: vivre dans un environnement qui répond à ces besoins est important. Les animaux et les humains ont aussi des besoins sociaux et affectifs qui sont vraiment importants pour pouvoir se développer et se sentir bien. Être entouré, se sentir en sécurité, communiquer avec d'autres, apprendre, appartenir à un groupe, créer des liens, se sentir utile et apprécié par les autres sont des ingrédients vraiment importants pour survivre et bien grandir!

Je te propose un petit jeu. Trouve dans la grande image les ingrédients cachés qui répondent à mes différents besoins.

1. J'ai faim. J'ai besoin de nourriture. Peux-tu retrouver ma banane? 
2. J'ai soif. J'ai besoin de boire de l'eau. Peux-tu trouver ma gourde? 
3. Je suis fatigué. J'ai besoin de me reposer. Peux-tu trouver mon oreiller? 
4. J'ai besoin d'apprendre. Peux-tu trouver mon livre sur les animaux et leurs petits? 
5. J'ai besoin de jouer. Sais-tu où est mon ballon? 
6. Je me suis fait mal. J'ai besoin d'être soigné. Trouve la trousse de premiers soins. 
7. Je suis triste. Peux-tu trouver ma peluche préférée? Je vais demander à Moufle de me faire un câlin. 
8. J'ai fait un cauchemar. Peux-tu trouver ma veilleuse? Je vais demander à Gante de rester un peu près de ma chambre. 
9. J'aime me sentir fier de moi. Trouve le bocal de mon petit poisson rouge, dont je prends bien soin. 
10. Les amis, c'est important. Est-ce que tu peux trouver Paume? 

La satisfaction des désirs n'est pas essentielle, mais elle peut rendre la vie plus agréable. Par exemple, je sais maintenant qu'avoir un nouveau skateboard n'est pas un besoin, mais un désir qui me ferait plaisir! Un autre exemple : j'ai besoin de nourriture pour rester en vie, mais je sais que je vais survivre si je ne mange pas des friandises, même si je les adore!

