



Bonjour parents et tuteurs,

Bienvenue à l'unité 2 de notre *La gentillesse en classe* programme d'études. Au cours des 4 à 6 prochaines semaines, nous apprendrons tout sur le CARING. Comme il s'agit encore d'un concept relativement nouveau pour les enfants de cet âge, nous nous concentrerons sur les sujets suivants :

SUJET	QUESTIONS QUE NOUS ALLONS EXPLORER	COMMENT VOUS POUVEZ AIDER À LA MAISON
Soins auto-administrés	<ul style="list-style-type: none">• Comment pouvons-nous prendre soin de nous ?• De quels domaines de notre routine quotidienne sommes-nous responsables ?	Discutez avec votre enfant de la façon dont il peut prendre soin de lui-même. Travaillez avec eux pour identifier les moyens par lesquels ils peuvent se montrer gentils avant tout.
Obligeance	<ul style="list-style-type: none">• Comment pouvons-nous utiliser notre temps et notre talent pour aider les autres, même sans qu'on nous le demande ?• Comment le fait d'aider sans demander inspire-t-il la gentillesse dans notre famille ?	Discutez des différentes façons dont votre enfant peut aider à la maison.
Gratitude	<ul style="list-style-type: none">• Comment nos paroles et nos actions montrent-elles aux autres que nous sommes reconnaissants pour qui ils sont et ce qu'ils font pour nous ?	Aidez votre enfant à s'exercer à montrer de la gratitude envers les adultes et les enfants leur vie en utilisant des mots gentils.
Compassion	<ul style="list-style-type: none">• Comment vous sentez-vous lorsque vous voulez aider les autres ?• Comment pouvez-vous utiliser ce sentiment pour prendre soin d'eux ?	Discutez avec votre enfant des personnes de sa classe qui pourraient avoir des difficultés. Faites un remue-méninges sur les façons dont ils peuvent montrer de la compassion pour eux.

Activités clés que nous ferons :

- Créez un Happy Place personnel !
- Écrivez des chaînes de gratitude !
- Réfléchissez à des façons de montrer de la compassion !
- Graph Empathy au sein de notre classe!

Si vous avez des questions sur notre *La gentillesse en classe* cours, n'hésitez pas à me contacter à tout moment. Nous sommes ensemble sur ce chemin de la bienveillance !

Sincèrement,

ESSAYEZ CELA À LA MAISON !

Créez des chaînes de gratitude à la maison ! À l'aide de papier, coupez de longues bandes et demandez à chaque personne d'écrire une gratitude différente à propos de quelque chose ou de quelqu'un dans votre maison. Reliez les bandes ensemble pour former une chaîne. Chaque matin ou chaque soir, détachez-en un et lisez-le à haute voix !