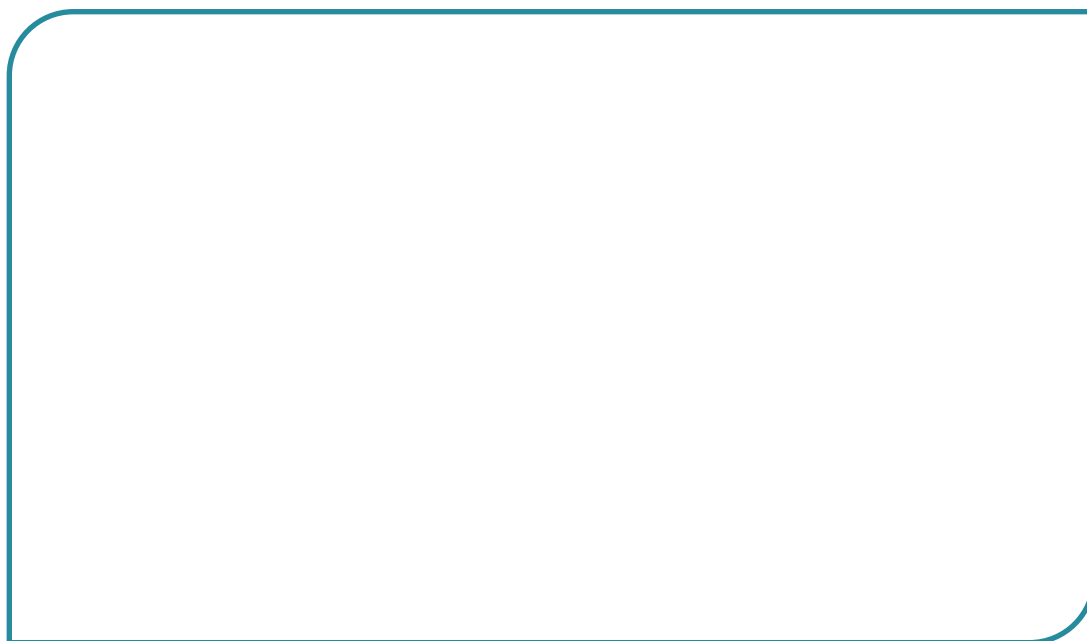




Activité 1

Connais-tu ton chien?

Quand ton cerveau perçoit une menace, tu as un chien, en toi, qui sonne l'alarme, comme dans l'histoire. Connais-tu bien ton chien? Est-ce qu'il ressemble à ceux qui sont illustrés ici? Dans le rectangle, dessine ton chien à toi. Si tu préfères, fais un collage ou encerce le chien qui ressemble le plus au tien.

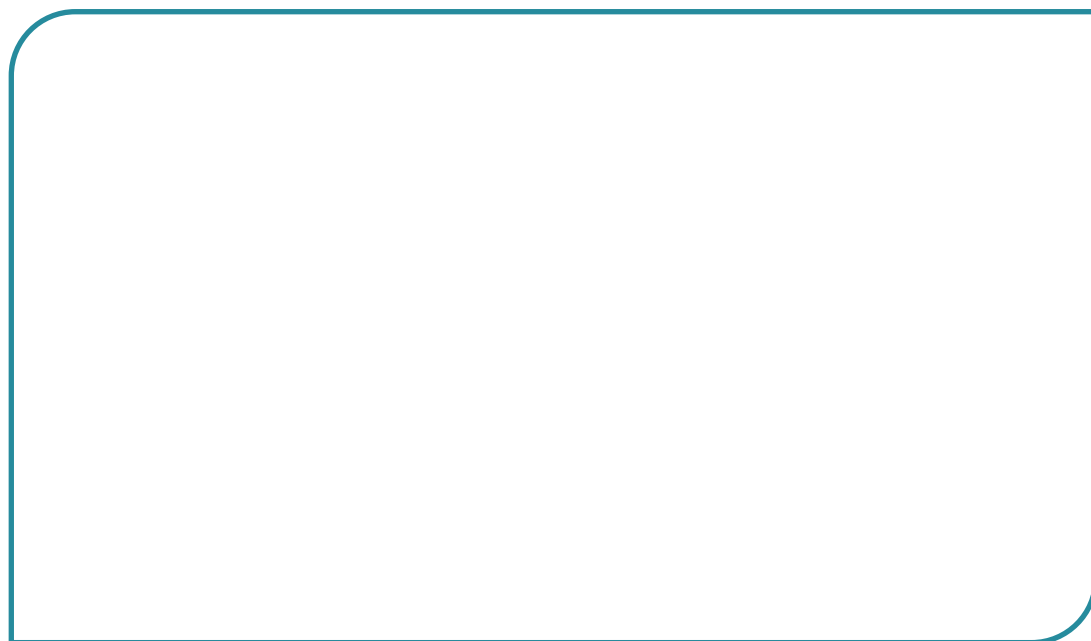




Activité 1

Connais-tu ton hibou?

Tu as un chien qui sonne l'alarme, mais tu as aussi, en toi, un hibou sage qui t'aide à comprendre ce qui se passe. Ton hibou est très utile, car il t'aide à calmer ton chien. Est-ce qu'un de ces hiboux ressemble au tien? Si oui, encercle-le. Dans le rectangle, tu peux aussi dessiner ton hibou à toi ou faire un collage.

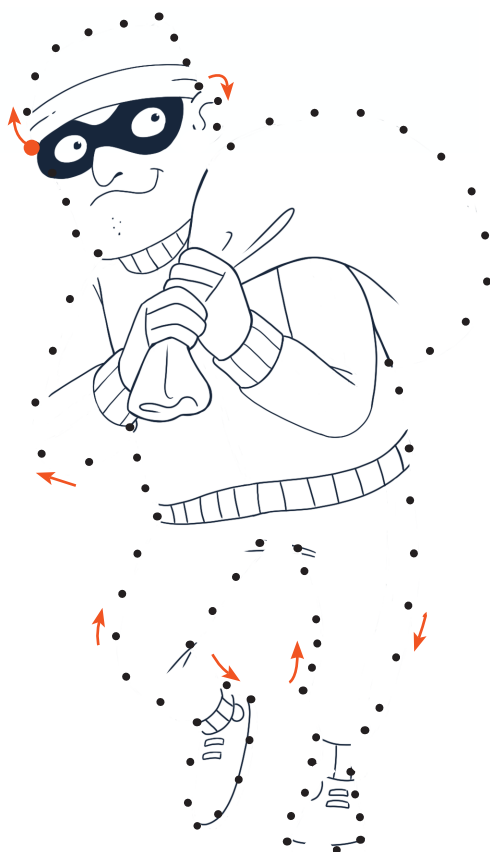


Activité 2

Le système d'alarme



La partie du cerveau qui ressemble à un chien réagit très vite quand une menace est perçue dans l'environnement. Que se passe-t-il ici? Pourquoi ce chien réagit-il comme ça? Relie les points pour le découvrir.



Quand ton chien jappe, c'est parce qu'il a détecté un danger. Il réagit très vite pour s'assurer de te protéger. Heureusement, ton hibou sage est là pour l'aider à savoir s'il a vraiment besoin de sonner l'alarme.

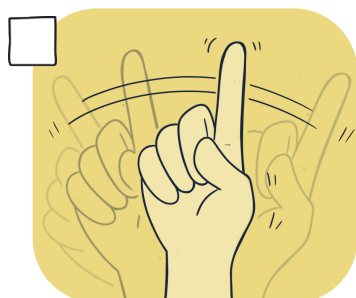




Activité 2

Ton système d'alarme

Ton hibou sage a enquêté. Il a découvert plusieurs situations qui pourraient faire japper ton chien, même s'il n'y a pas de réel danger. Coche les cases qui montrent des situations qui, selon toi, déclenchent ton système d'alarme. Tu peux ajouter d'autres situations que tu connais. Psst! Demande l'aide d'un adulte si tu en as besoin.



Me faire dire non, attendre.



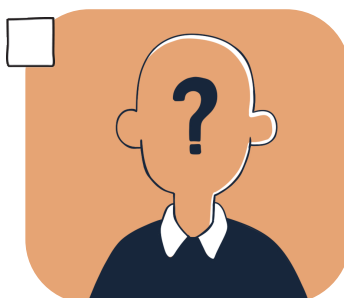
Une personne qui parle fort, qui est en colère.



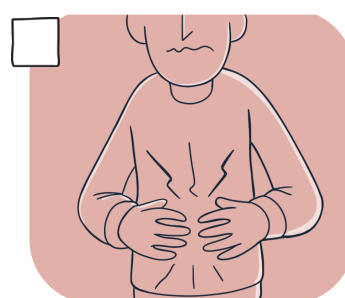
Être tout seul ou toute seule la nuit.



Un examen, un exposé oral ou me tromper.



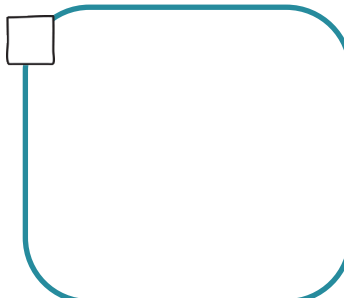
Un ou une prof qui remplace à l'école.

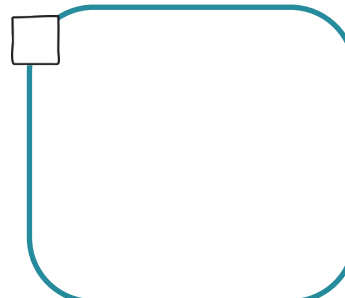


Avoir faim.



Quelqu'un qui ne veut pas jouer ou partager.





Activité 3

Hibou, hibou, reste avec nous!



Ce chien a perçu un danger dans son environnement. Regarde-le bien. Vois-tu des signes qui montrent qu'il a détecté une menace? Essaie de les identifier.



Parfois, le hibou sage arrive à voir ces signes à temps. Il peut alors expliquer au chien ce qui se passe. Encerle en **VERT** les chiens qui ont été apaisés par le hibou sage.

Parfois, le système d'alarme sonne trop vite ou trop fort. Le hibou s'envole! Encerle en **ROUGE** les chiens pour lesquels le hibou sage s'est envolé.

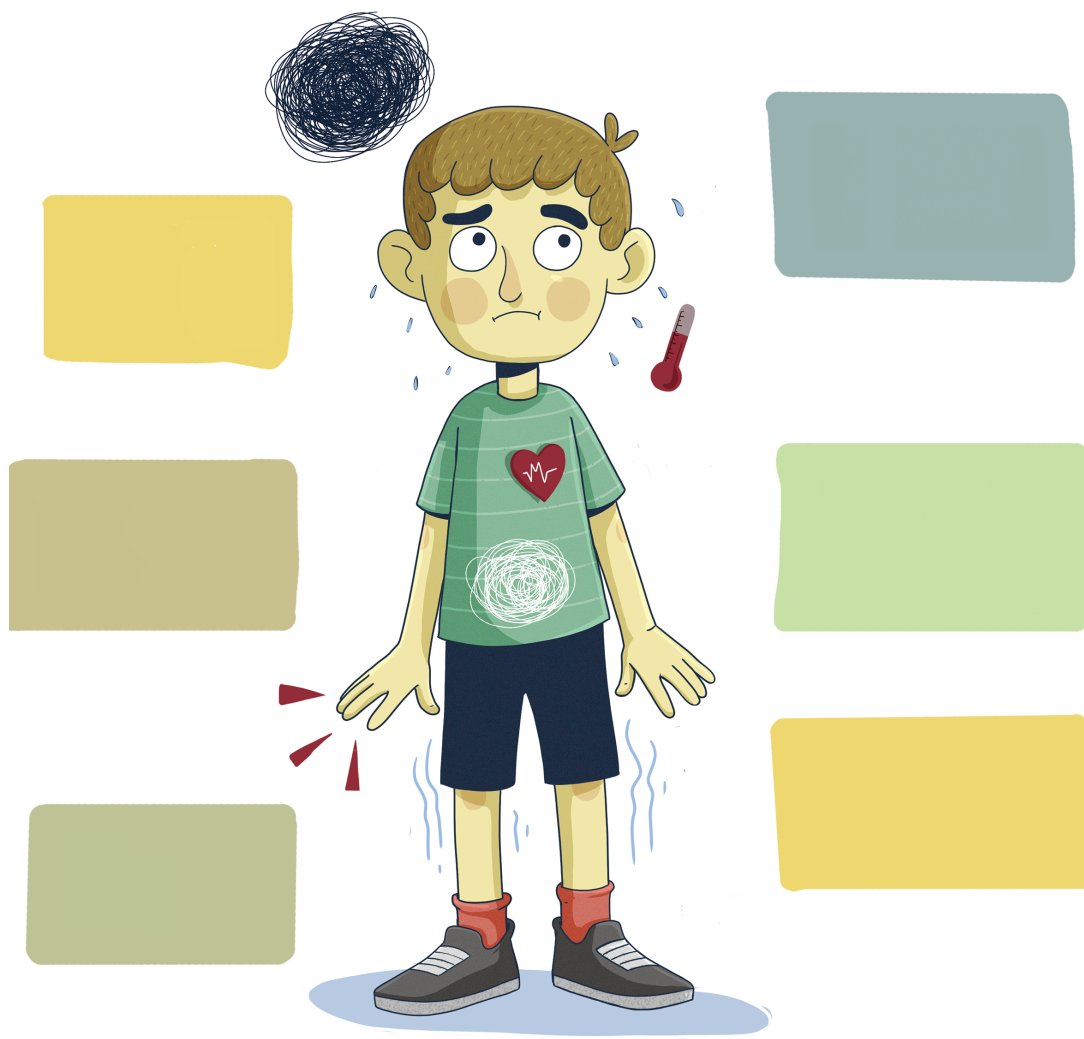


Activité 3

Hibou, hibou, reste avec nous!



Sais-tu reconnaître dans ton propre corps les signes qui annoncent que ton système d'alarme pourrait se déclencher? Trouve les indices qui sont illustrés sur la silhouette. Encercles-les ou écris-les dans les cases. En connais-tu d'autres?



Bien connaître ces signes t'aidera à agir avant que ton hibou ne s'envole. S'il s'envole quand même, il est normal que tu aies besoin qu'un adulte te prête le sien pour que ton chien s'apaise. Demande-lui de l'aide si tu veux.



Activité 4

Le plan d'entraînement

Dans l'histoire, quand le système d'alarme se déclenche, le chien a parfois de la difficulté à faire revenir le hibou. Il a besoin d'un bon plan d'entraînement pour réussir à se calmer. Crois-tu qu'avec de la pratique et un bon entraîneur ou une bonne entraîneuse, il y arrivera? Parmi les cartes, choisis des activités qui pourraient l'aider et colle-les dans les cases.

Plan d'entraînement

Nom du chien : _____

Nom de l'entraîneur ou de l'entraîneuse : _____

Pour faire revenir le hibou, voici des activités que le chien pourrait essayer.



Activité 4

Ton plan d'entraînement

Aimerais-tu faire un plan d'entraînement pour calmer ton chien ? Parmi les cartes, choisis les activités que tu connais et qui fonctionnent bien. Identifie aussi celles que tu as envie d'essayer. Pssst ! N'oublie pas de trouver de bons entraîneurs ou de bonnes entraîneuses pour t'aider.

Plan d'entraînement

Mon nom : _____

Les adultes qui vont m'aider :

Les activités qui fonctionnent déjà pour calmer mon chien.

Les activités que je vais essayer
(avec mes entraîneurs ou entraîneuses).

Après avoir essayé ces activités, je me suis senti ou sentie...

Activité 5

Fabrique ton hibou sage



Regarde ce hibou. As-tu envie d'en fabriquer un? Découpe les pièces au verso. Tu peux les coller ou les coudre pour les assembler. **Attention!** Suis bien les indications dans le modèle pour avoir tous les morceaux nécessaires. Demande à un adulte de t'aider si tu en as besoin!





Fabrique ton hibou sage

