

Cartes  
des besoins



Plusieurs  
façons  
d'utiliser  
ces cartes



Tirer une carte au  
hasard et discuter :  
Est-ce que j'ai  
ressenti déjà ce  
besoin ?  
Quand ?  
J'ai ce besoin  
quand je suis...  
(triste, joyeux,...)

Dire une émotion...  
Chacun-e peut  
montrer la carte  
du besoin lié à  
cette émotion



Choisir une carte  
qui exprime le  
besoin de l'instant



Pour prendre le  
temps de discuter  
de ses besoins et  
d'écouter les  
besoins



Cartes  
des besoins

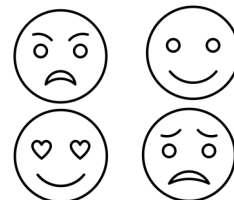


Plusieurs  
façons  
d'utiliser  
ces cartes



Tirer une carte au  
hasard et discuter :  
Est-ce que j'ai  
ressenti déjà ce  
besoin ?  
Quand ?  
J'ai ce besoin  
quand je suis...  
(triste, joyeux,...)

Dire une émotion...  
Chacun-e peut  
montrer la carte  
du besoin lié à  
cette émotion



Choisir une carte  
qui exprime le  
besoin de l'instant



Pour prendre le  
temps de discuter  
de ses besoins et  
d'écouter les  
besoins



Cartes  
des besoins



Plusieurs  
façons  
d'utiliser  
ces cartes



Tirer une carte au  
hasard et discuter :  
Est-ce que j'ai  
ressenti déjà ce  
besoin ?  
Quand ?  
J'ai ce besoin  
quand je suis...  
(triste, joyeux,...)

Dire une émotion...  
Chacun-e peut  
montrer la carte  
du besoin lié à  
cette émotion



Choisir une carte  
qui exprime le  
besoin de l'instant



Pour prendre le  
temps de discuter  
de ses besoins et  
d'écouter les  
besoins

