



Matériel : Préparez des cartes avec différentes activités écrites dessus.

Cartes « Temps Bien Utilisé » :

Aider mes parents. Lire un bon livre. Apprendre une nouvelle compétence. Faire de l'exercice. Arroser les plantes. Prier ou méditer. Aider un ami. Etc.

Cartes « Temps Gaspillé » :

Se disputer avec des amis. Se plaindre toute la journée. Regarder des vidéos au hasard pendant des heures. Ne rien faire quand quelqu'un a besoin d'aide. Continuer à dire : « Je le ferai plus tard. »

Comment Jouer: Les élèves se tiennent en cercle. L'animateur choisit une carte et la lit à voix haute. Les élèves décident rapidement :

☒ « Temps bien utilisé ! »

ou

☒ « Temps gaspillé ! »

4. Si l'activité représente un bon usage du temps, tout le monde fait un pas en avant et dit :

« Je grandis ! »

5. Si l'activité représente un gaspillage du temps, tout le monde fait un pas en arrière et dit :

« Je peux faire un meilleur choix ! »

Défi Bonus: Demandez : « Tu as 2 heures supplémentaires aujourd'hui. Comment les utiliserais-tu avec sagesse ? » Chaque élève partage une idée.

Exemples : Aider ma famille. Apprendre une nouvelle langue. Faire de l'exercice. Lire un livre. Faire du seva. Etc. Chaque bonne réponse rapporte un **Point Fleur du Temps**.

Clôture: Les élèves placent leurs mains sur leur cœur et répètent : « Le temps est un cadeau précieux. Je l'utiliserai avec sagesse. J'apprendrai. Je servirai. Je grandirai.

Chaque jour, je ferai fleurir mon temps ! »