



Il y a beaucoup de choses dans notre vie, petites ou grandes, qui méritent notre reconnaissance. Repensez aux événements de la semaine passée et listez sur les lignes ci-dessous jusqu'à cinq choses qui se sont produites et pour lesquelles vous éprouvez de la gratitude, c'est-à-dire que vous avez envie de dire « merci ». Vous pouvez aussi noter pourquoi cela vous procure un sentiment de gratitude.

- J'éprouve de la gratitude pour \_\_\_\_\_

Parce que... \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

- J'éprouve de la gratitude pour \_\_\_\_\_

Parce que... \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

- J'éprouve de la gratitude pour \_\_\_\_\_

Parce que... \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

- J'éprouve de la gratitude pour \_\_\_\_\_

Parce que... \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

- J'éprouve de la gratitude pour \_\_\_\_\_

Parce que... \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_