

ÉCOLE TSOHAR

CARNET DE MISSIONS

DÉFI 5 JOURS DE KIBOUD AV VAHÉM



NOM :

PRÉNOM :

CLASSE :

CE CARNET EST À RAPPORTER À L'ÉCOLE LE MERCREDI 26 NOVEMBRE

JOUR 1

Vendredi 21 Novembre - 01 KISLEV

Je coche les missions que je réussis à accomplir :

J'AIDE

- ☐ Je rends service sans qu'on me le demande
- ☐ Je range mes affaires
- ☐ J'aide dans une tâche de la maison



JE SUIS POLI(E)

- ☐ Je dis s'il te plaît, merci et bonjour
- ☐ J'écoute quand mes parents parlent
- ☐ Je réponds avec un ton calme et respectueux



JE SUIS RECONNAISSANT(E)

- ☐ Je remercie mes parents pour quelque chose
- ☐ Je souris ou je fais un compliment
- ☐ Je ne me plains pas



JE RESPECTE

- ☐ J'obéis sans discuter
- ☐ Je parle gentiment même quand je ne suis pas d'accord
- ☐ Je suis patient(e)



BONUS EN FAMILLE



- ☐ Chacun dit un compliment à un membre de la famille
- ☐ On range une pièce ensemble en musique en 10min chrono
- ☐ On cuisine ensemble

JE NOTE COMBIEN DE MISSIONS J'AI REUSSI À ACCOMPLIR : ___/12
MES BONUS : ___/3

JOUR 2

Shabbat 22 Novembre - 02 KISLEV

Je coche les missions que je réussis à accomplir :

J'AIDE

- ☐ Je rends service sans qu'on me le demande
- ☐ Je range mes affaires
- ☐ J'aide dans une tâche de la maison



JE SUIS POLI(E)

- ☐ Je dis s'il te plaît, merci et bonjour
- ☐ J'écoute quand mes parents parlent
- ☐ Je réponds avec un ton calme et respectueux



JE SUIS RECONNAISSANT(E)

- ☐ Je remercie mes parents pour quelque chose
- ☐ Je souris ou je fais un compliment
- ☐ Je ne me plains pas



JE RESPECTE

- ☐ J'obéis sans discuter
- ☐ Je parle gentiment même quand je ne suis pas d'accord
- ☐ Je suis patient(e)



BONUS EN FAMILLE



- ☐ On chante ensemble un chant de Shabbat
- ☐ On joue tous ensemble à un jeu de société
- ☐ Je vais à la synagogue avec papa et/ou maman

JE NOTE COMBIEN DE MISSIONS J'AI REUSSI À ACCOMPLIR : ___/12
MES BONUS : ___/3

JOUR 3

Dimanche 23 Novembre - 03 KISLEV

Je coche les missions que je réussis à accomplir :

J'AIDE

- ☐ Je rends service sans qu'on me le demande
- ☐ Je range mes affaires
- ☐ J'aide dans une tâche de la maison



JE SUIS POLI(E)

- ☐ Je dis s'il te plaît, merci et bonjour
- ☐ J'écoute quand mes parents parlent
- ☐ Je réponds avec un ton calme et respectueux



JE SUIS RECONNAISSANT(E)

- ☐ Je remercie mes parents pour quelque chose
- ☐ Je souris ou je fais un compliment
- ☐ Je ne me plains pas



JE RESPECTE

- ☐ J'obéis sans discuter
- ☐ Je parle gentiment même quand je ne suis pas d'accord
- ☐ Je suis patient(e)



BONUS EN FAMILLE



- ☐ On sort en famille
- ☐ On éteint les écrans et on joue, lit ou parle ensemble
- ☐ J'écris un petit mot gentil/un dessin et je cache dans un endroit que mon parent trouvera

JE NOTE COMBIEN DE MISSIONS J'AI REUSSI À ACCOMPLIR : ___/12
MES BONUS : ___/3

JOUR 4

Lundi 24 Novembre - 04 KISLEV

Je coche les missions que je réussis à accomplir :

J'AIDE

- ☐ Je rends service sans qu'on me le demande
- ☐ Je range mes affaires
- ☐ J'aide dans une tâche de la maison



JE SUIS POLI(E)

- ☐ Je dis s'il te plaît, merci et bonjour
- ☐ J'écoute quand mes parents parlent
- ☐ Je réponds avec un ton calme et respectueux



JE SUIS RECONNAISSANT(E)

- ☐ Je remercie mes parents pour quelque chose
- ☐ Je souris ou je fais un compliment
- ☐ Je ne me plains pas



JE RESPECTE

- ☐ J'obéis sans discuter
- ☐ Je parle gentiment même quand je ne suis pas d'accord
- ☐ Je suis patient(e)



BONUS EN FAMILLE



- ☐ Chacun dit à voix haute une chose qu'il remercie chez l'autre
- ☐ On danse en famille
- ☐ Effectuer aujourd'hui quelque chose que je n'ai jamais fait avant

JE NOTE COMBIEN DE MISSIONS J'AI REUSSI À ACCOMPLIR : ___/12
MES BONUS : ___/3

JOUR 5

Mardi 25 Novembre - 05 KISLEV

Je coche les missions que je réussis à accomplir :

J'AIDE

- ☐ Je rends service sans qu'on me le demande
- ☐ Je range mes affaires
- ☐ J'aide dans une tâche de la maison



JE SUIS POLI(E)

- ☐ Je dis s'il te plaît, merci et bonjour
- ☐ J'écoute quand mes parents parlent
- ☐ Je réponds avec un ton calme et respectueux



JE SUIS RECONNAISSANT(E)

- ☐ Je remercie mes parents pour quelque chose
- ☐ Je souris ou je fais un compliment
- ☐ Je ne me plains pas



JE RESPECTE

- ☐ J'obéis sans discuter
- ☐ Je parle gentiment même quand je ne suis pas d'accord
- ☐ Je suis patient(e)



BONUS EN FAMILLE



- ☐ Chacun partage un bon souvenir de famille (ou un rêve à réaliser ensemble)
- ☐ On cuisine ensemble
- ☐ On éteint les écrans et on joue, lit ou parle ensemble

JE NOTE COMBIEN DE MISSIONS J'AI REUSSI À ACCOMPLIR : ___/12
MES BONUS : ___/3

JE FAIS LE POINT

MON MOMENT PRÉFÉRÉ :

CE QUE J'AI APPRIS SUR MOI :

CE QUE J'AI APPRIS SUR MA FAMILLE :

JE REMERCIE HACHEM POUR...

JE COMPTE MES POINTS :

MES MISSIONS QUE J'AI REUSSI À ACCOMPLIR AU TOTAL : ___/60

MES BONUS AU TOTAL : ___/15

TOTAL : ___

Je ramène mon carnet à l'école le Mercredi 26 Novembre