



Je dis ou je montre ma batterie

Je peux choisir une phrase, la dire ou la montrer du doigt.

Comment est ma batterie ?

Deux façons de le dire

Avec ma batterie

Avec mes mots



Ma batterie est presque vide.

Je suis épuisé(e).



Ma batterie est basse.

Je suis fatigué(e).



Ma batterie est à moitié pleine.

Je me sens un peu fatigué(e).



Ma batterie est assez remplie.

J'ai assez d'énergie.



Ma batterie est pleine.

J'ai beaucoup d'énergie.



Je ne sais pas encore.

Je peux le dire aussi.

De quoi ai-je besoin ?

Je peux montrer une phrase



J'ai besoin d'une pause.



J'ai besoin de calme.



J'ai besoin d'aide.



J'ai besoin de temps.



J'ai besoin de bouger.



J'ai besoin de me reposer.

Je peux parler, montrer une phrase ou choisir mes propres mots.



Je colorie ma batterie

Ma batterie maintenant : je montre mon niveau d'énergie.

Je colorie les cases de bas en haut.

Je peux colorier 1, 2, 3, 4 ou 5 cases.



Je choisis combien de cases colorier.



Je ne sais pas encore.

C'est possible aussi.

Je peux montrer cette page à la personne de mon choix.



Je fabrique ma batterie à pince

Un petit outil à découper pour montrer mon énergie sans parler.



1. Je découpe



2. Je renforce



3. Je place la pince

Je peux coller la carte sur un carton pour la rendre plus solide.

À DÉCOUPER SUR LES POINTILLÉS

MON NIVEAU D'ÉNERGIE

	Très haute	
	Plutôt haute	
	Au milieu	
	Plutôt basse	
	Très basse	
	Je ne sais pas encore	

Pince

Je place la pince à mon niveau, puis je la déplace quand il change.