

Cycle  
8-12 ans

Ce carnet appartient à

# Le Cycle de la vie



# Les étapes de la vie: naître, grandir,

Complète les bulles par un mot ou une phrase.

Naître c'est...

Grandir c'est...



NAÎTRE

GRANDIR

# vieillir et mourir

Vieillir c'est...

Mourir c'est...



VIEILLIR

MOURIR

# Naitre



Complète ton faire-part de naissance.



Bonjour,



Je m'appelle

.....

Je suis né(e) le .....

à .....



Je mesurais

..... cm

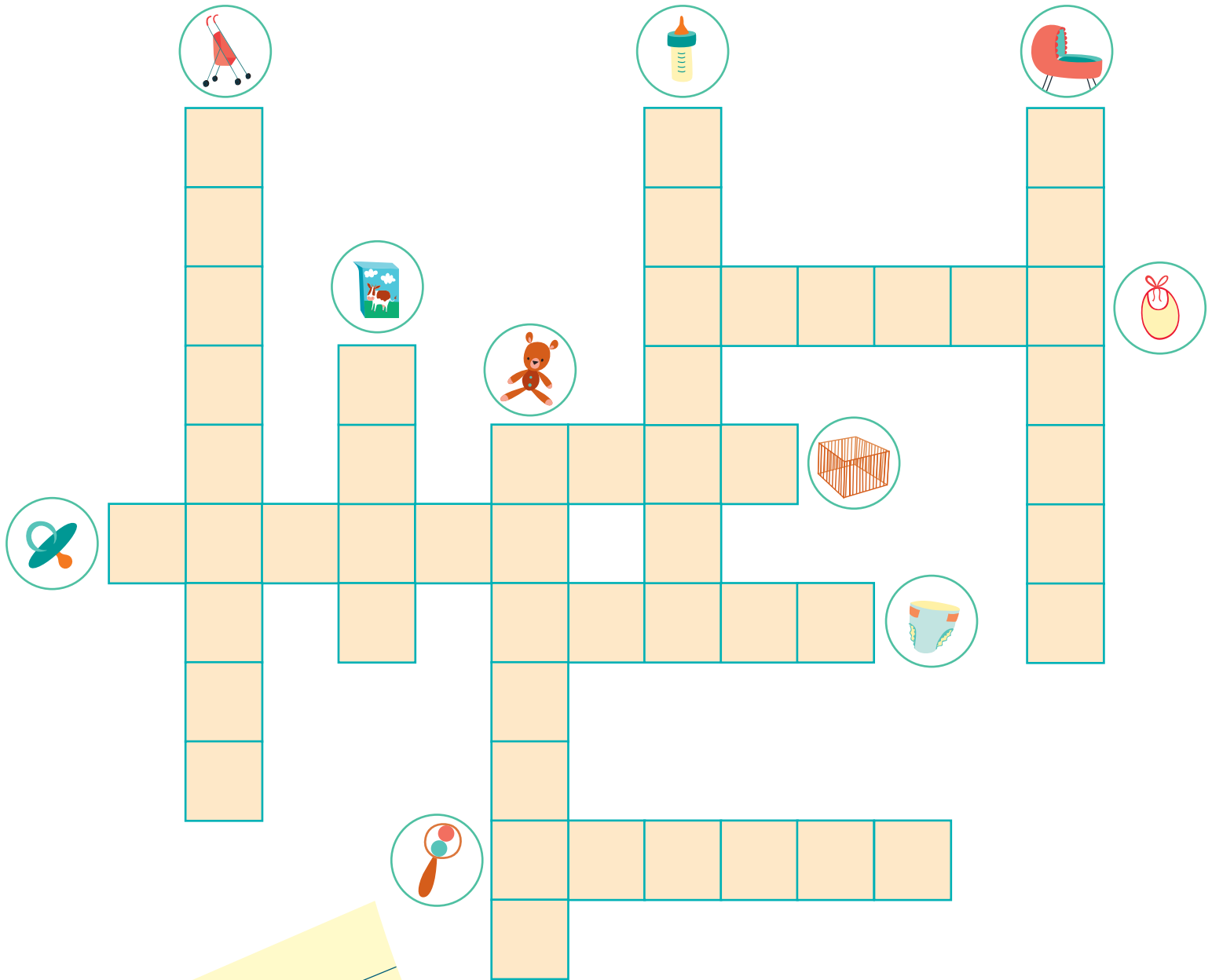


et je pesais

..... kg.

Colle une photo de toi bébé ou dessine-toi bébé.

Complète le mot croisé.



Quel était  
ton objet préféré?  
Pourquoi?

Blank lined area for writing.



# Grandir

Réponds aux questions.

1. À quoi vois-tu que tu grandis?

2. Que peux-tu faire maintenant que tu es grand et que tu ne pouvais pas faire petit?

4. Est-ce seulement ton corps qui a grandi?

3. Que pouvais-tu faire petit mais que tu ne peux plus faire maintenant que tu es grand?

6. En quoi c'est mieux d'être petit que grand?

5. En quoi c'est mieux d'être grand que petit?

7. Quand s'arrête-t-on de grandir?





A series of horizontal red dashed lines spanning the width of the white writing area, providing a guide for handwriting practice.

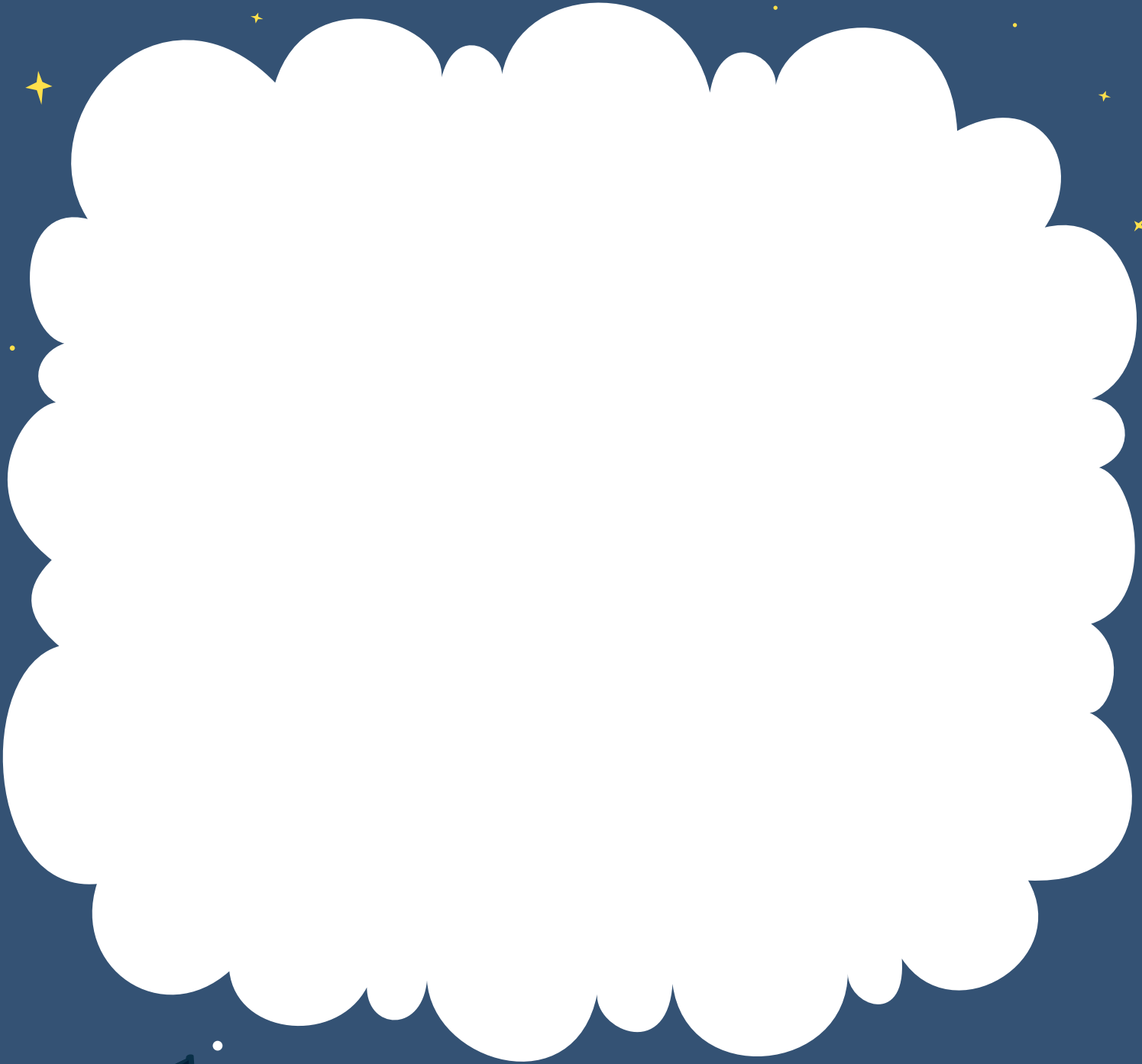


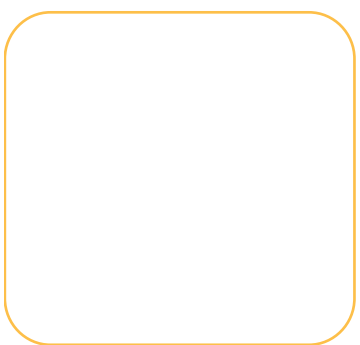
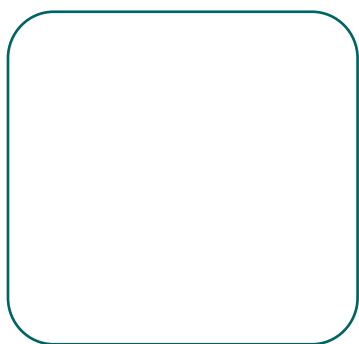
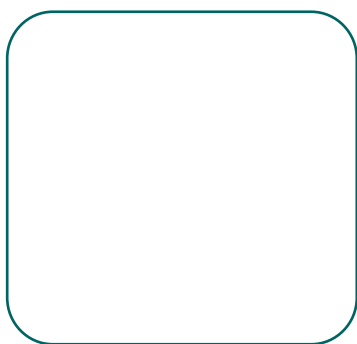
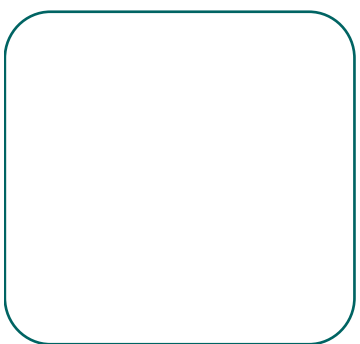
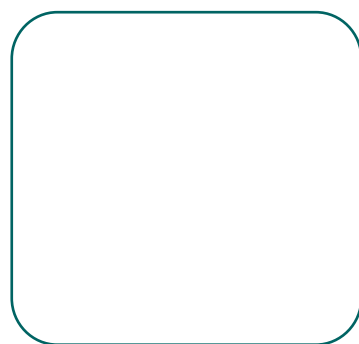
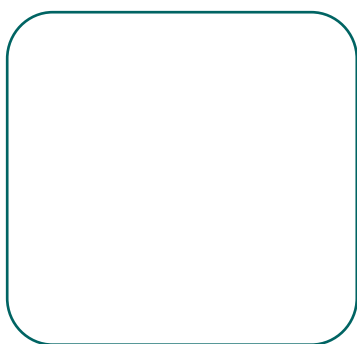
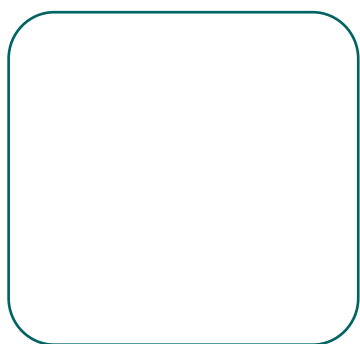
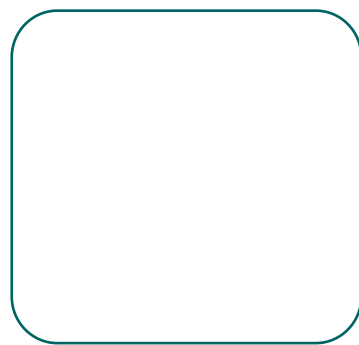
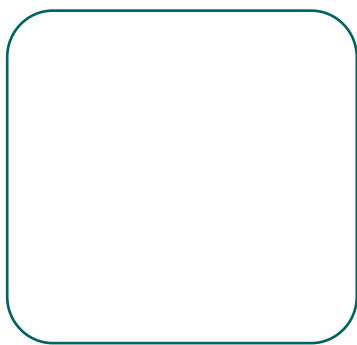
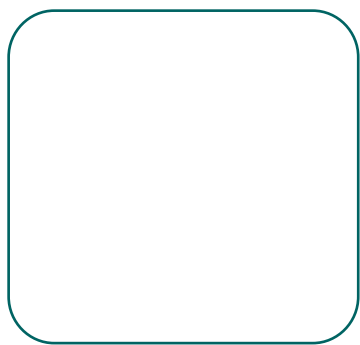
Colle  
ta photo  
ici.



Complète l'arbre généalogique de ta famille en utilisant les carrés bleus de la page 13.  
Découpe les carrés, colles-y des photos ou dessines-y les visages de ta famille et place les sur l'arbre.  
Tu peux aussi y ajouter d'autres personnes qui sont importantes pour toi en utilisant les carrés jaunes.

Plus tard je serai...







# Vieillir

Pour toi, à quel âge devient-on vieux ? .....

Quelle est la différence entre grandir et vieillir ?.....

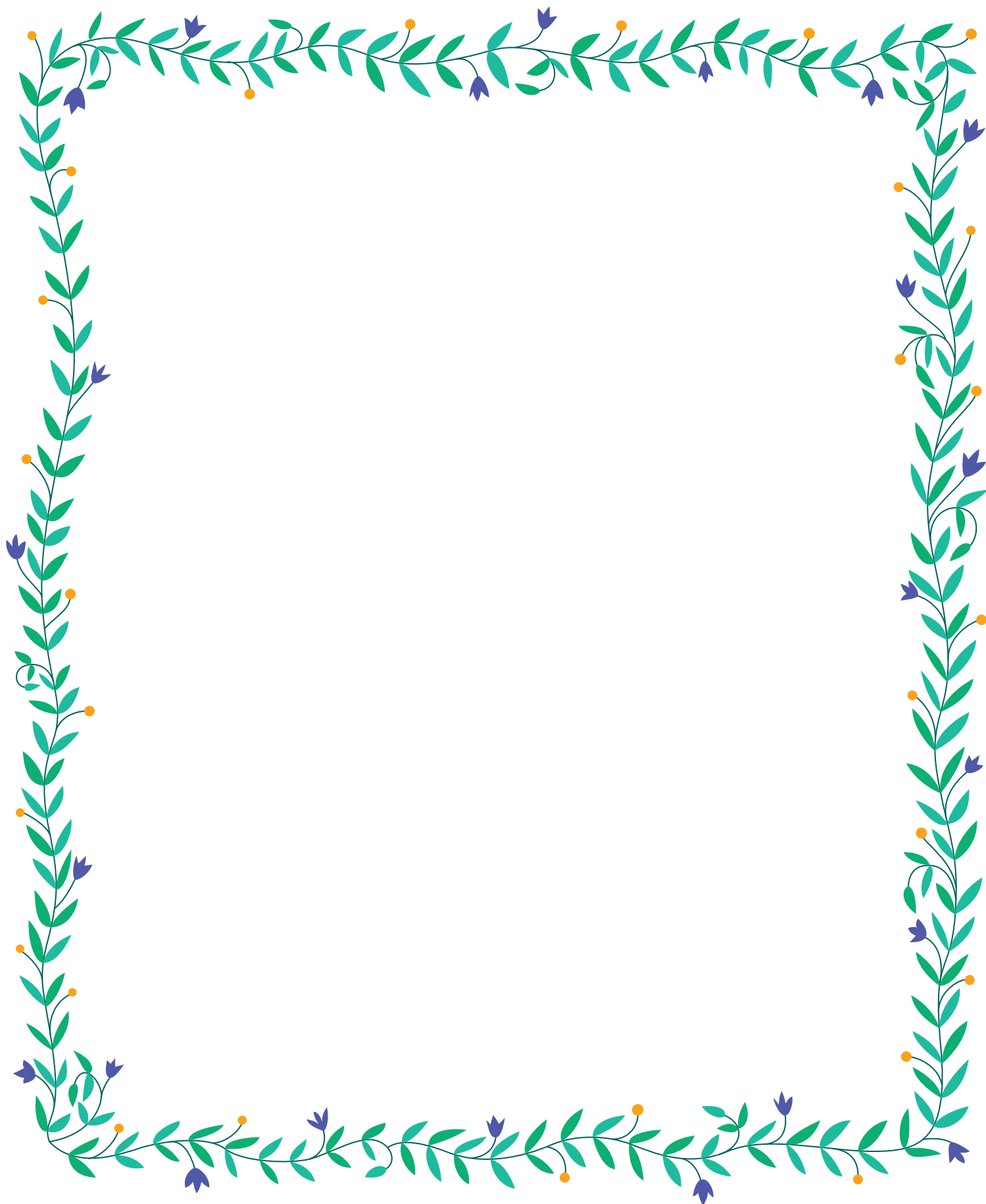
Connais-tu une personne âgée ?.....

Qu'apprécies-tu chez-elle ?.....

## Vrai ou faux?

	Vrai	Faux
<b>Je suis trop vieux ou trop vieille pour...</b>		
... jouer aux Playmobils.		
... sucer mon pouce.		
... manger avec les mains.		
... porter un bavoir.		
... faire des bêtises.		
<b>Je ne suis pas assez vieux ou assez vieille pour...</b>		
... faire ce que je veux.		
... conduire une voiture.		
... avoir une maison.		
... porter des boucles d'oreilles.		
... aller à l'étranger avec mes copains ou mes copines.		
... faire le ménage.		
... faire des câlins.		
... porter un dentier.		
... me raser.		
... aller seul(e) au magasin.		
... aller dans une fusée.		
... trouver un(e) amoureux(se).		
... faire des bisous sur la bouche.		
... mettre du maquillage.		

Découpe dans des magazines des images qui représentent la vieillesse. Colle-les ci-dessous.





Choisis-en une, entoure-la et explique ton choix.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Dessine-toi quand tu seras vieux ou vieille.

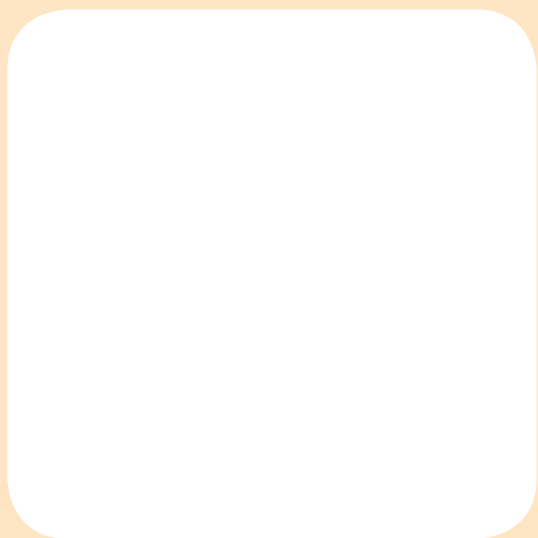
# Mourir

Complète la phrase ci-dessous avec des mots, des images qui te passent par la tête.

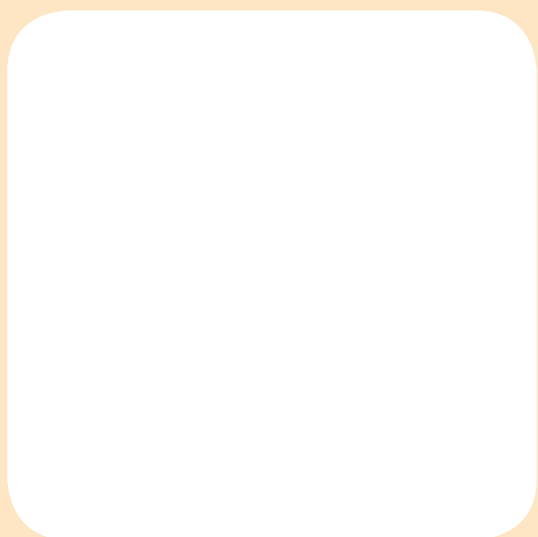
Mourir c'est ...



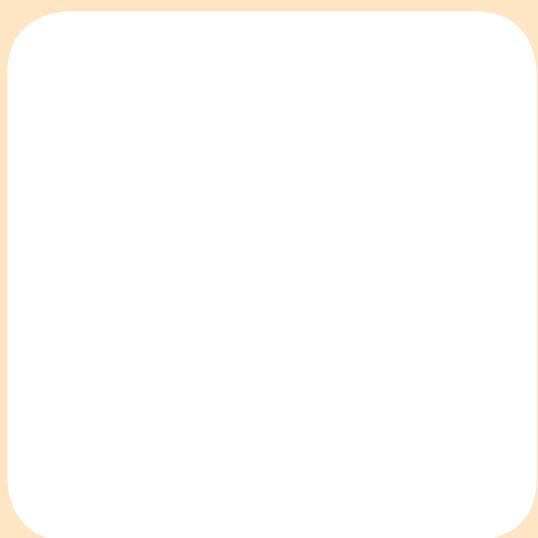
De quoi peut-on mourir?



Four sets of horizontal dashed lines for writing.



Four sets of horizontal dashed lines for writing.



Four sets of horizontal dashed lines for writing.

Réponds aux questions.

As-tu déjà perdu un objet? Lequel? .....

As-tu déjà perdu un animal? Quel était son nom?.....

Connais-tu quelqu'un ou un animal qui est mort? .....

Quel était son nom?.....

Raconte ton meilleur souvenir avec lui :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

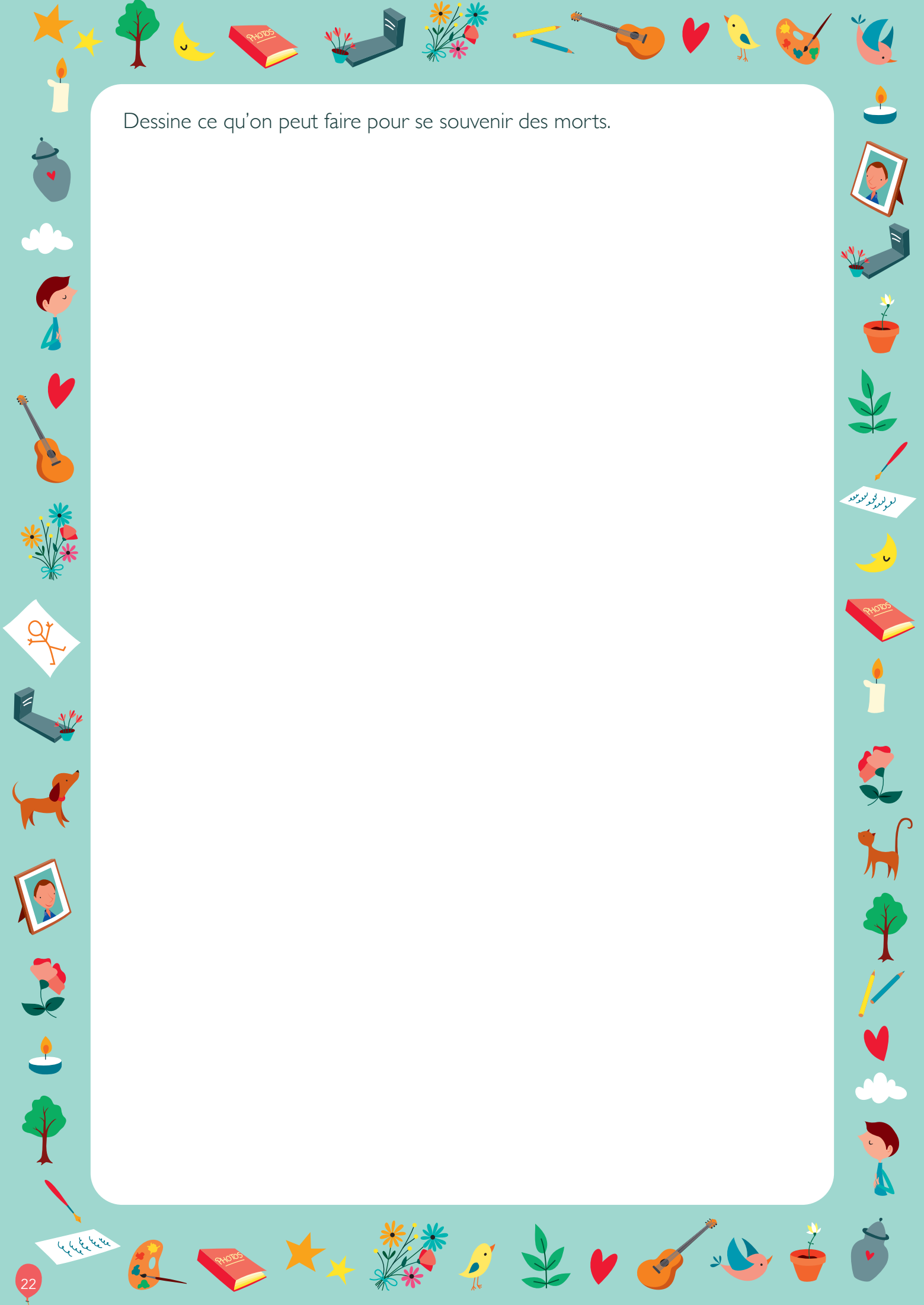
.....

.....

.....



Dessine ce qu'on peut faire pour se souvenir des morts.



# Le cycle de la vie

Dans la nature, tous les êtres vivants meurent.

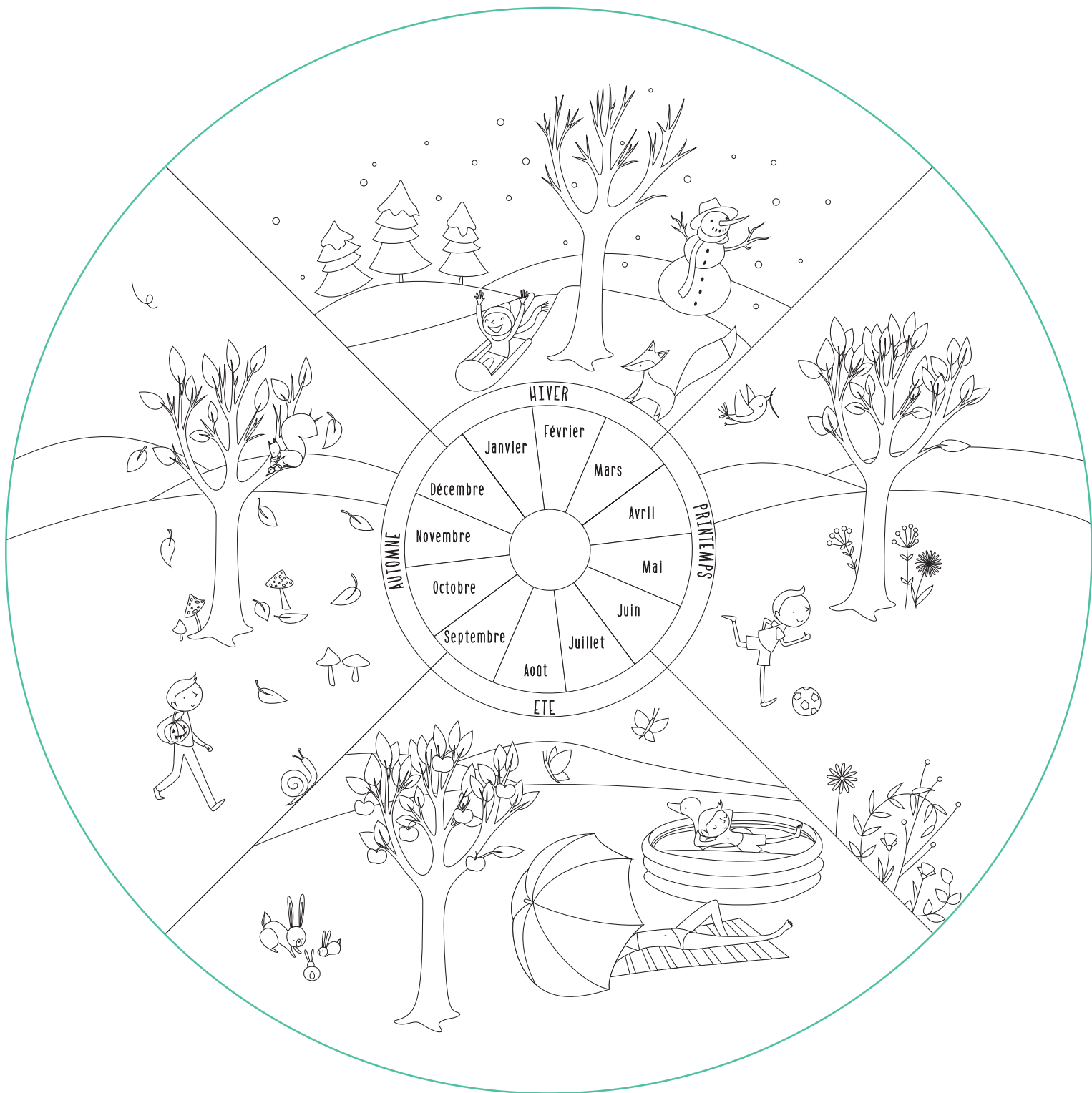
Plusieurs étapes importantes sont observées dans le monde du vivant: naître, grandir, vieillir et mourir.



La mort peut arriver à n'importe quel moment sur les chemins de la vie.

Le cycle de la vie s'illustre aussi à travers le cycle des saisons et des années qui passent.

Pour le montrer, colorie le mandala des saisons ci-dessous.

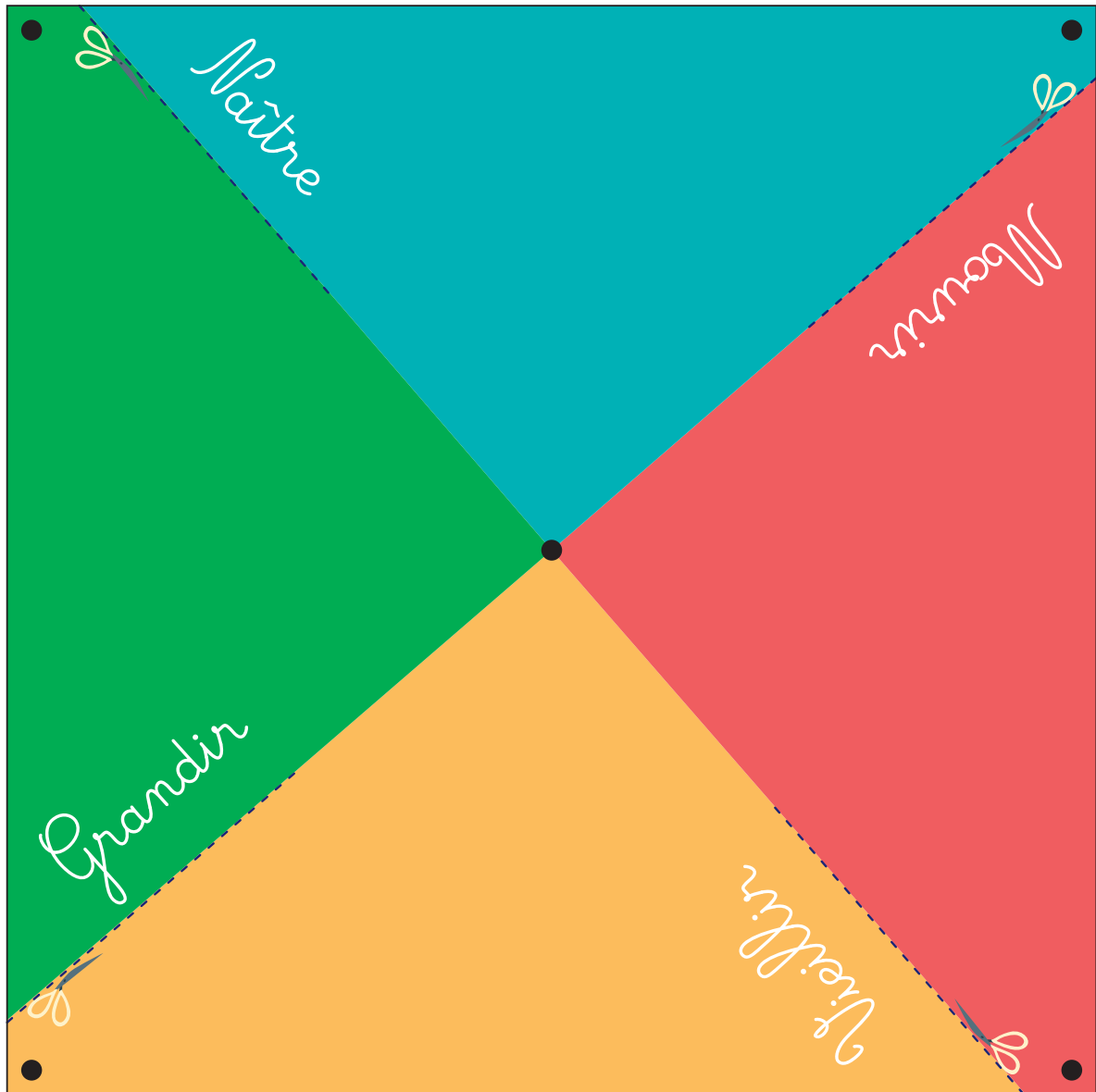




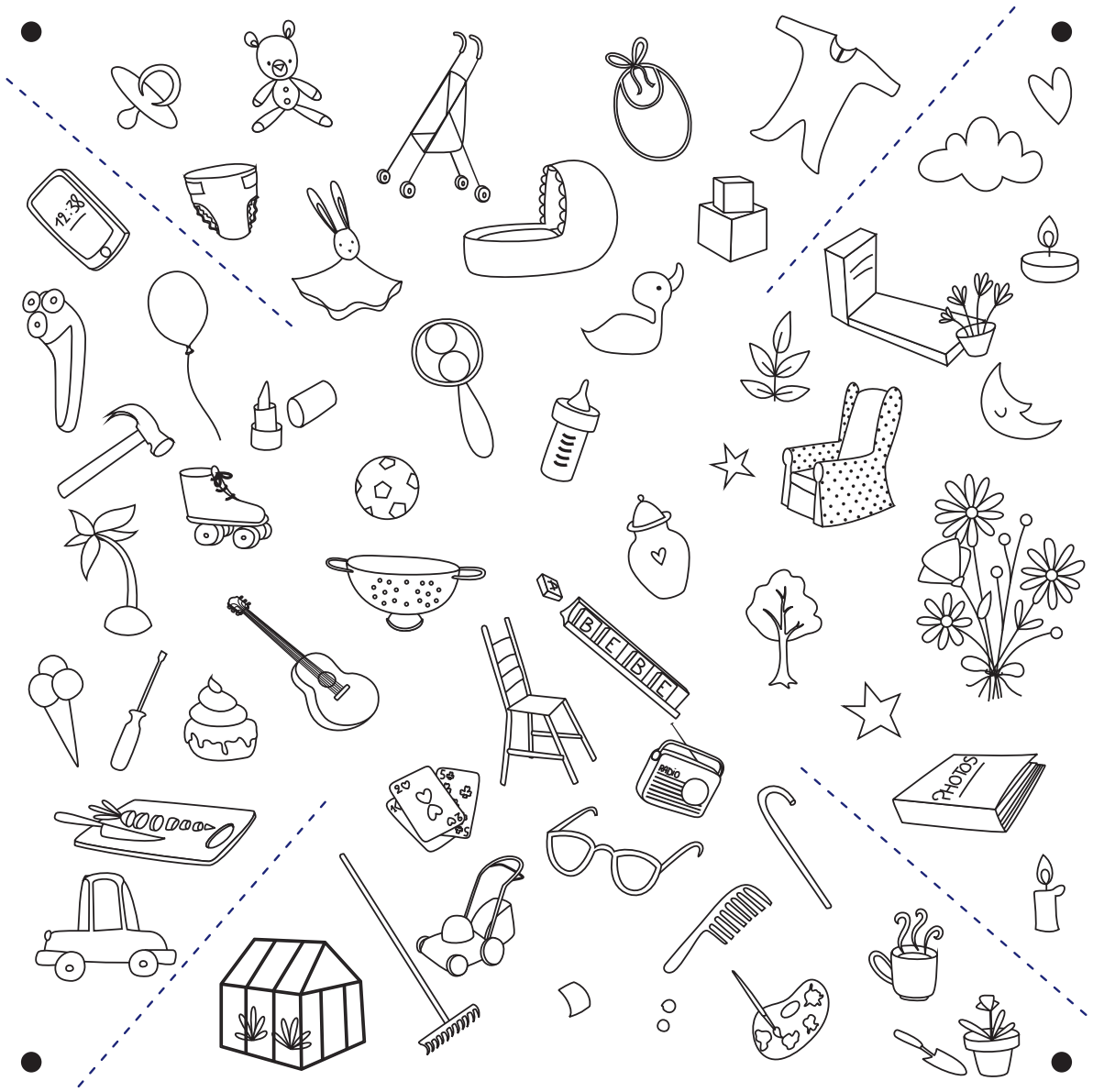
# Construis ton moulin à vent du cycle de la vie.

Matériel:

- une paire de ciseaux,
- une punaise ou une épingle de couture,
- un bâtonnet de bois ou une paille,
- des crayons de couleurs ou marqueurs.



1. Découpe la page le long des pointillés.
2. Découpe la forme le long du trait noir.
3. Décore et colorie l'espace au verso de la forme en lien avec les étapes du cycle de la vie : naître, grandir, vieillir ou mourir.
4. Découpe sur les pointillés, le long des ailes.
5. Forme le moulin en rabattant les 4 coins l'un après l'autre sur le centre (rabats les pastilles noires sur la pastille centrale).
6. Fixe les points au milieu en y insérant la punaise.
7. Plante la punaise dans le bâton.



## Comment se procurer les carnets?

Les carnets « Le Cycle de la vie » sont disponibles gratuitement auprès de votre plate-forme. Ils sont également téléchargeables sur [www.soinspalliatifs.be](http://www.soinspalliatifs.be) et [www.palliatheque.be](http://www.palliatheque.be).

### Coordonnées des plates-formes de soins palliatifs

#### HAINAUT

1. Association Régionale de Concertation sur les Soins Palliatifs du Hainaut Occidental  
Chaussée de Renaix, 140 • 7500 Tournai • T 069 22 62 86 • [arcspho@skynet.be](mailto:arcspho@skynet.be)
2. Reliance - Association régionale des soins palliatifs de Mons-Borinage, la Louvière, Soignies  
Rue de la Loi, 30 – 7100 La Louvière • T 064 57 09 68 • [reliance@belgacom.net](mailto:reliance@belgacom.net)
3. Plate-Forme de Concertation en Soins Palliatifs du Hainaut oriental  
Espace Santé • Boulevard Zoé Drion, 1 • 6000 Charleroi • T 071 92 55 40 • [soins.palliatifs@skynet.be](mailto:soins.palliatifs@skynet.be)

#### BRABANT WALLON

4. Pallium - Plate-forme de Concertation en Soins Palliatifs du Brabant wallon  
Rue de Bruxelles, 8-10 • 1300 Wavre • T 010 84 39 61 • [pallium@palliatifs.be](mailto:pallium@palliatifs.be)

#### NAMUR

5. Association des Soins Palliatifs en Province de Namur  
Rue Charles Bouvier, 108 • 5004 Bouge • T 081 43 56 58 • [info@asppn.be](mailto:info@asppn.be)

#### LUXEMBOURG

6. Plate-forme de Concertation en Soins Palliatifs de la Province de Luxembourg  
Rue Victor Libert, 45, boîte 4 • 6900 Marche-en-Famenne • T 084 43 30 09 • [soinspalliatifs.provlux@outlook.be](mailto:soinspalliatifs.provlux@outlook.be)

#### LIÈGE

7. Plate-forme des Soins Palliatifs en Province de Liège  
Boulevard de l'Ourthe, 10-12 • 4032 Chênée • T 04 342 35 12 • [info@psppl.be](mailto:info@psppl.be)
8. Plate-forme de soins palliatifs de l'Est francophone  
Rue de la Marne, 4 • 4800 Verviers • T 087 23 00 16 • [verviers@palliatifs.be](mailto:verviers@palliatifs.be)

## Remerciements

Nous remercions les membres du personnel, les coordinateurs et psychologues des plates-formes de soins palliatifs et de la Fédération Wallonne des Soins Palliatifs qui ont réalisé ce dossier.

Nous remercions vivement toutes les institutions, associations, fondations et anonymes qui ont permis à ce projet d'aboutir tant pour leur soutien financier que pour leurs précieux conseils et commentaires avisés, et notamment:

**l'Abbaye Notre-Dame de Scourmont, l'Asbl de Notre-Dame d'Orval, la Coopérative Cera, la Fondation Cyrus de Dinant et la Province de Luxembourg.**



Forte de ses 400.000 sociétaires, Cera est la plus grande coopérative de Belgique. Ensemble, nous fédérons des ressources humaines, des moyens et des organisations pour prendre des initiatives et réaliser des projets avec un objectif clair : « S'investir dans le bien-être et la prospérité. » Vous aussi, rejoignez Cera ! Rendez-vous sur [www.cera.coop](http://www.cera.coop)

Soutenez nos projets, nos actions, faites un don!

BE70 2500 0734 6625

Par leurs activités ludiques éveillant la curiosité, les carnets « **Le Cycle de la vie** » amènent les enfants à identifier cognitivement le concept de « cycle de vie » comme étant la période durant laquelle se succèdent différentes phases qui composent la vie complète d'un organisme vivant. Parallèlement, ils abordent d'autres concepts comme le développement, les générations, le vieillissement... Ils permettent aux enfants de se recentrer sur leurs histoires de vie et sont chapitrés comme suit: **naitre – grandir – vieillir – mourir**.

Les carnets prennent en compte le rythme et le développement cognitif des enfants en fonction de deux tranches d'âge. Le carnet 5/8 va permettre à l'enfant de s'exprimer à l'aide de dessins, collages, chansons alors que le carnet 8/12 exploitera davantage l'expression écrite.

Ces supports proposent d'entrer en matière doucement, de manière sécurisante et structurée mais demandent un temps certain d'exploitation. L'enseignant pourra programmer les séances dans un respect du rythme de travail de sa classe. L'enfant pourra également emporter son carnet à la maison et le partager avec sa famille s'il le souhaite.

Droits de traduction et de reproduction réservés pour tous pays.  
Toute reproduction totale ou partielle est interdite sans autorisation préalable de l'éditeur responsable.

Ce carnet est également consultable à partir des sites :  
[www.soinspalliatifs.be](http://www.soinspalliatifs.be) et [www.palliatheque.be](http://www.palliatheque.be).



Edité par la **Fédération Wallonne des Soins Palliatifs**



Rue des Brasseurs, 175  
5000 Namur  
Tél. : 081 22 68 37  
[fwsp@skynet.be](mailto:fwsp@skynet.be)

Avec le soutien de la



Mise en page, couverture et illustrations : © Alice De Page  
Editeur responsable : V. Baro, Rue des Brasseurs, 175 - 5000 Namur