



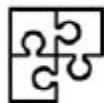
Se promener :



Ecouter de la musique :



Faire du vélo :



Faire un puzzle :



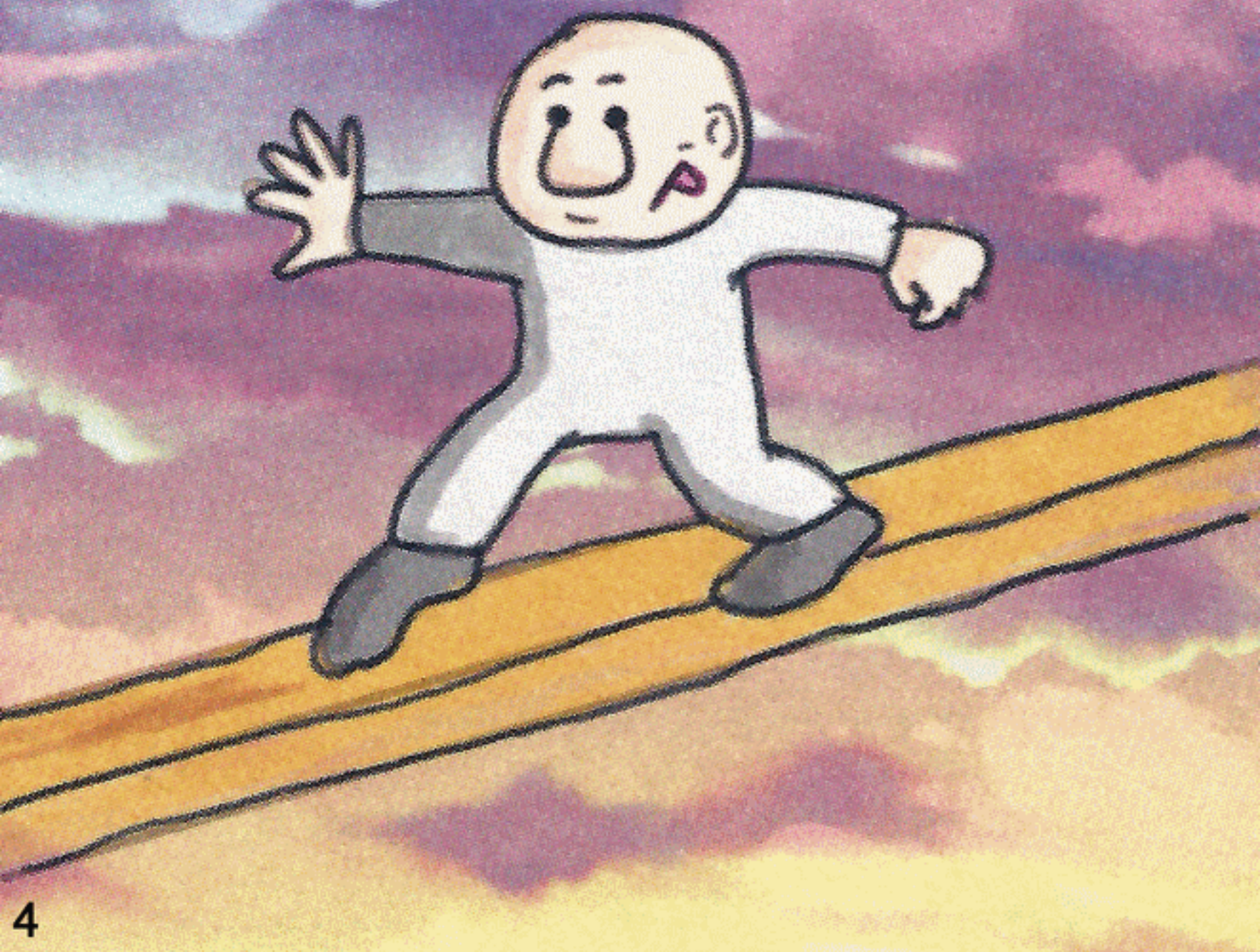
Jouer :

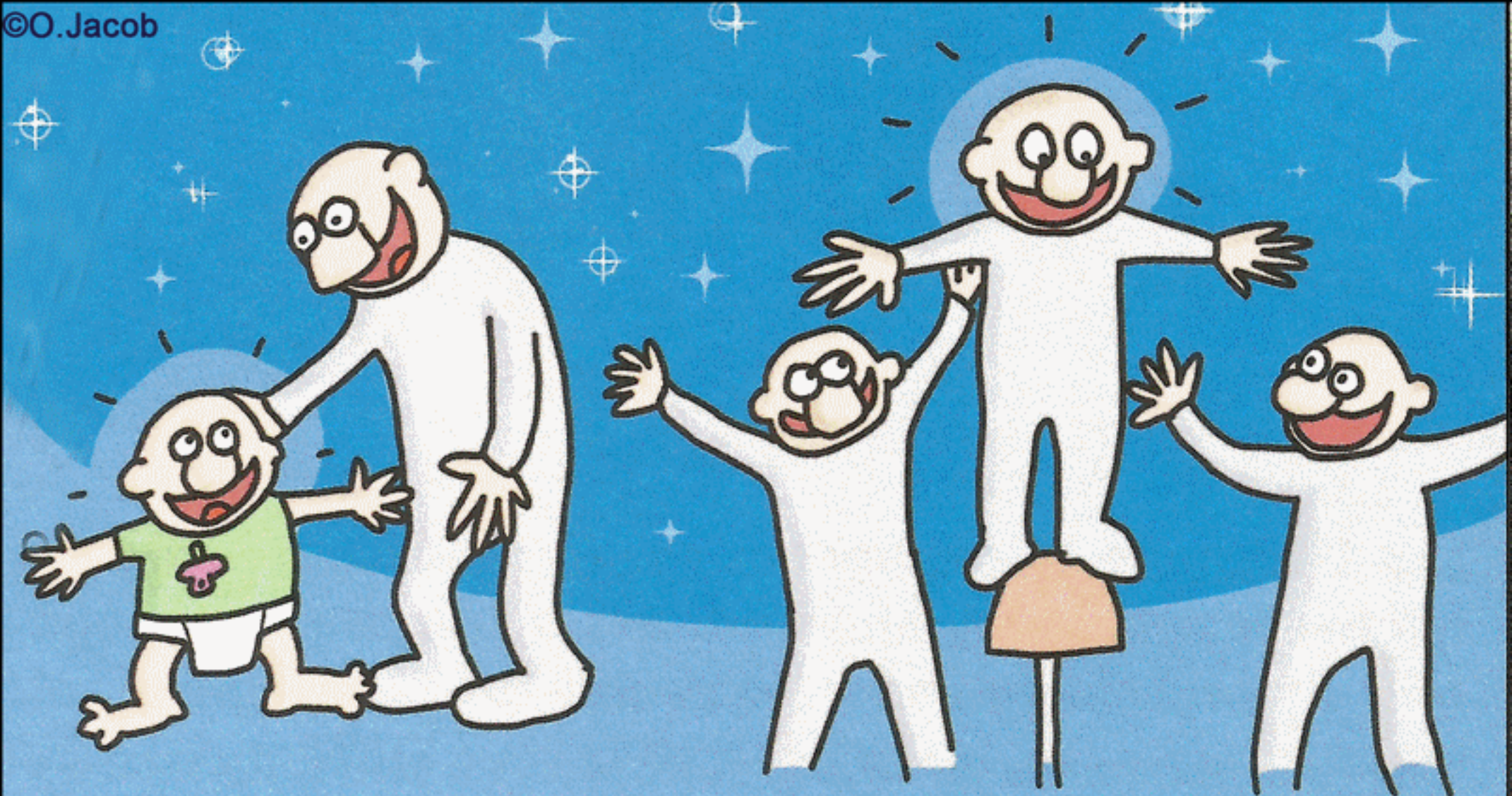


Lire :



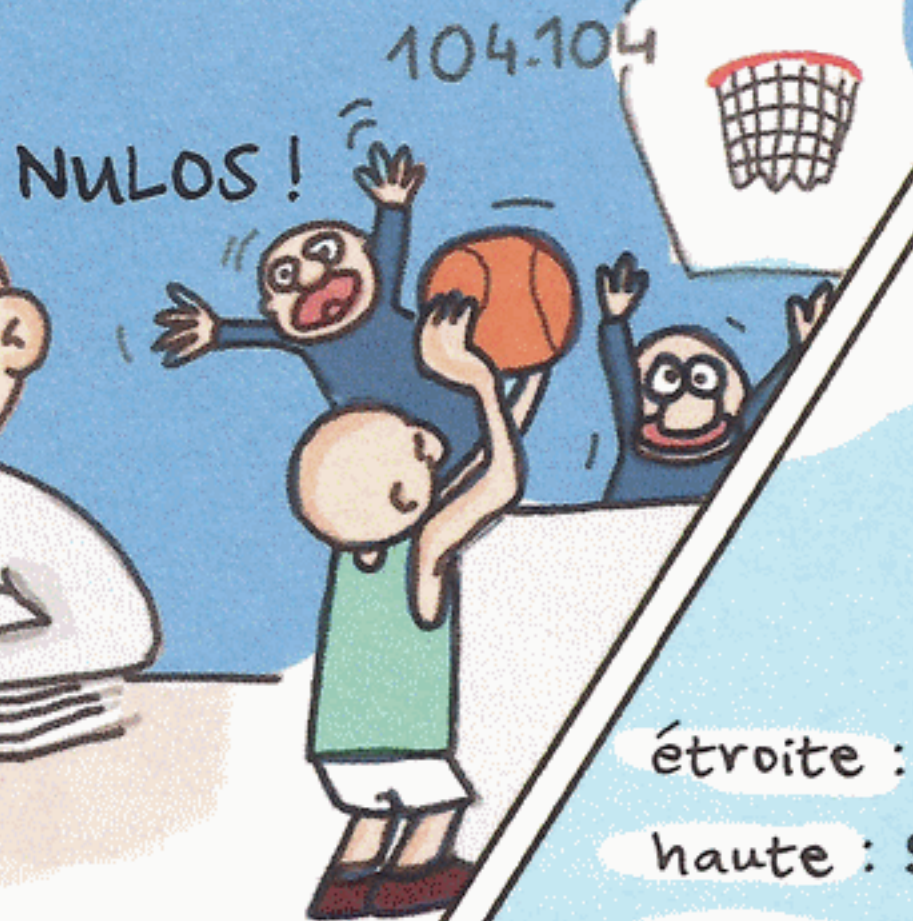
Calculer :





Quand tu étais petit, tu as mis du temps pour apprendre à tenir debout. Il faut ensuite plusieurs années pour apprendre à garder son attention debout.

Certaines choses demandent d'être vraiment attentif, comme si tu traversais une poutre qui peut être...



©O.Jacob

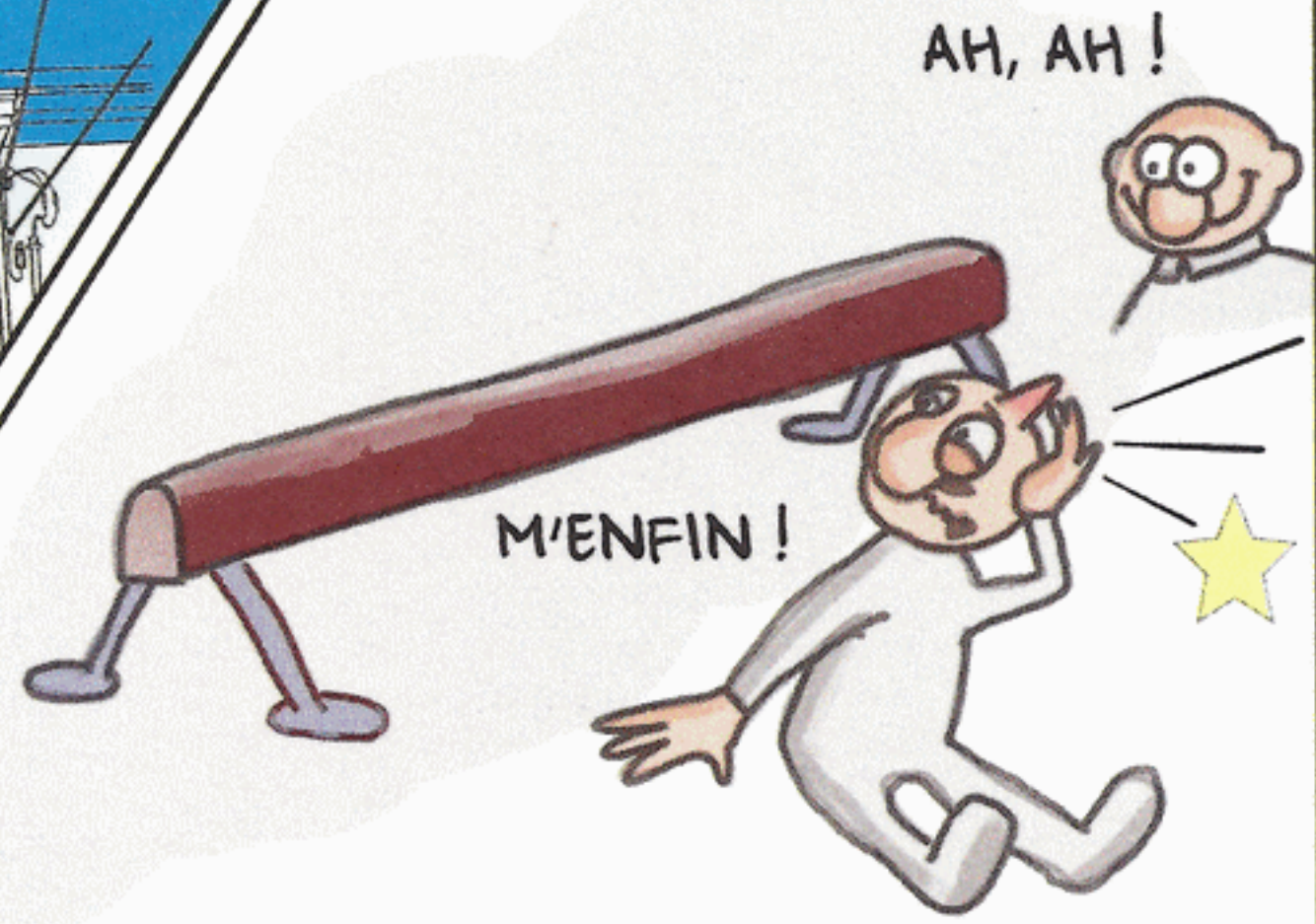
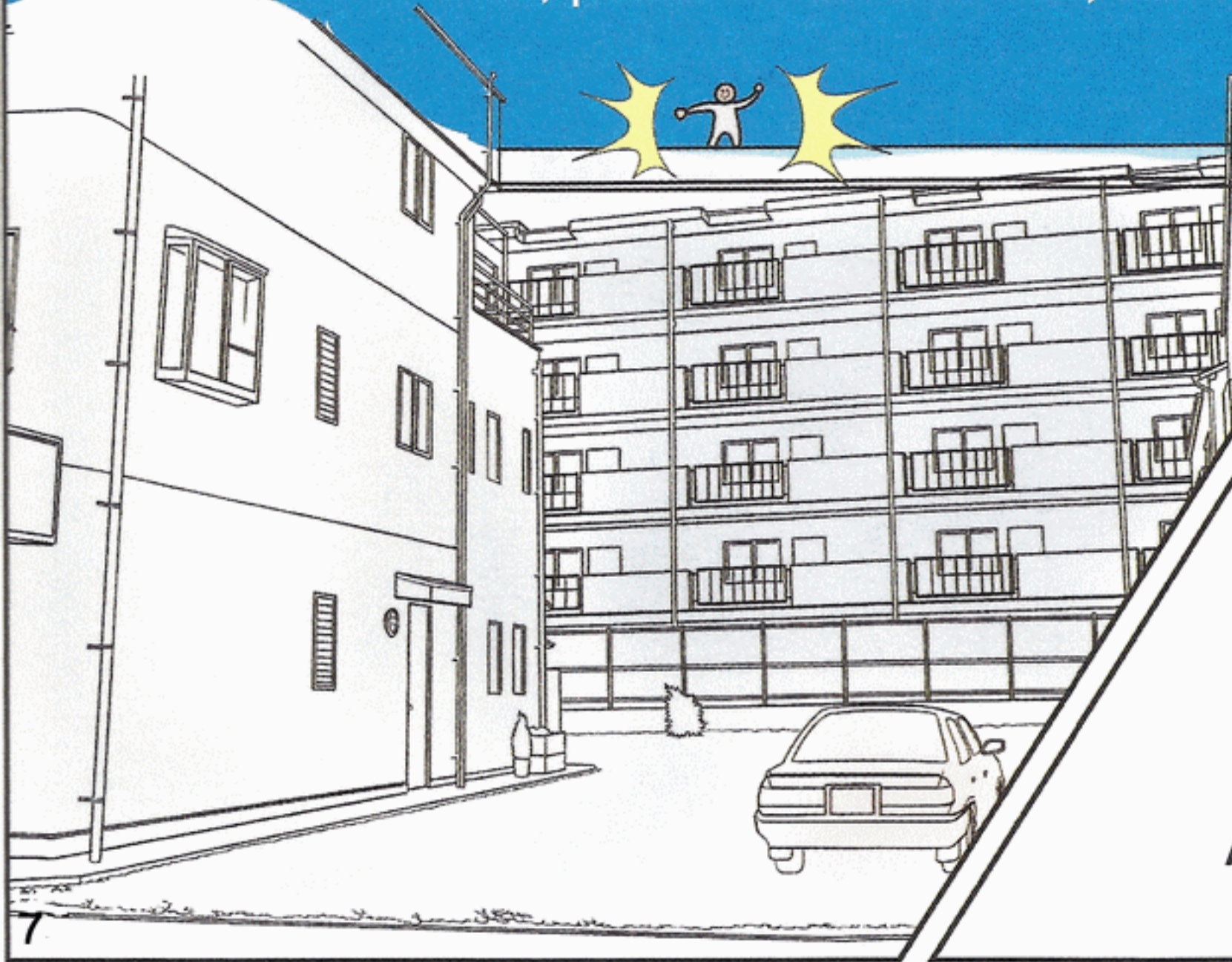


étroite : si ce que tu dois faire est difficile

haute : si c'est dangereux de se déconcentrer

longue : si tu dois te concentrer longtemps.

Chaque tâche est donc comme une poutre à traverser, plus ou moins étroite, haute ou longue.

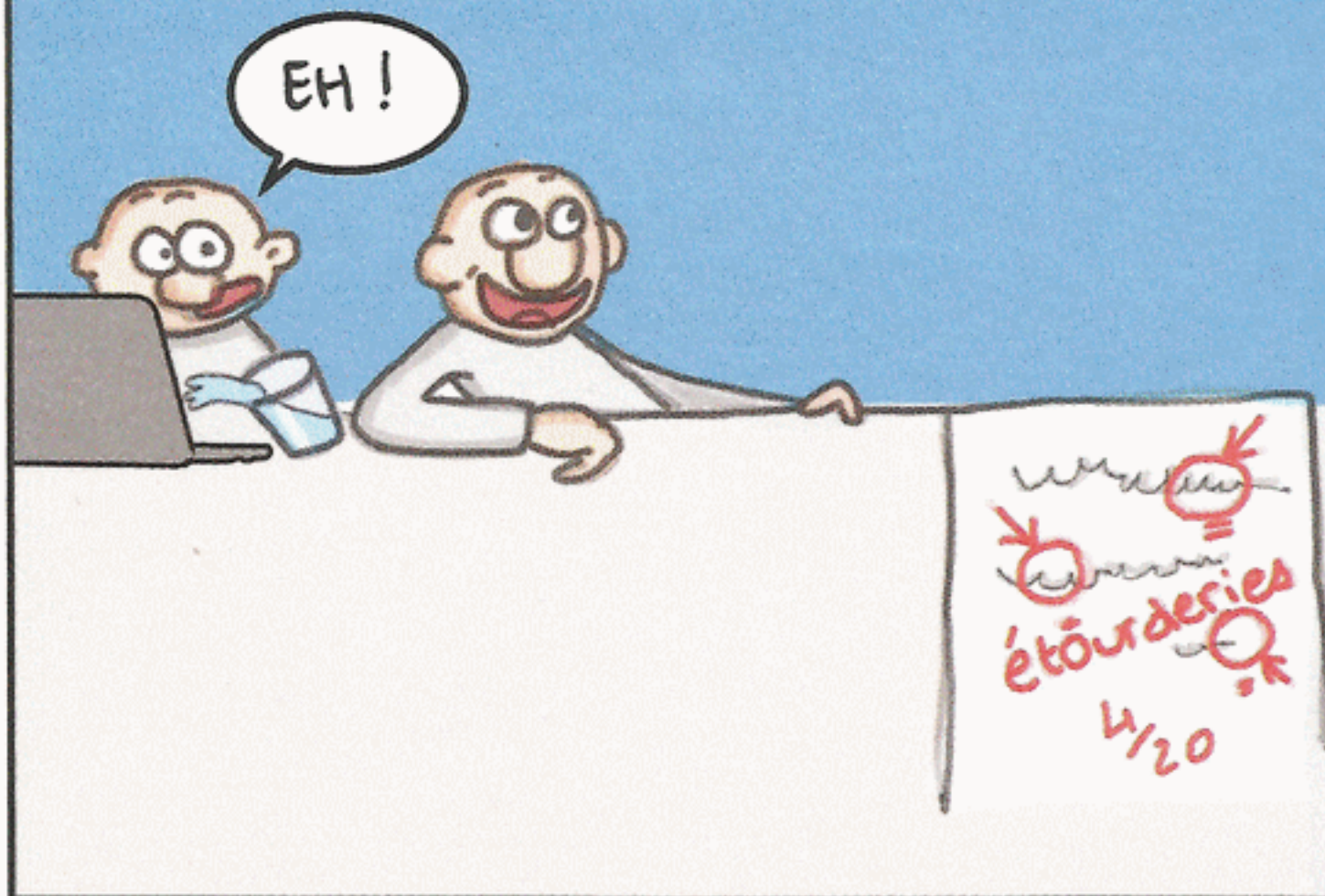


M'ENFIN !

AH, AH !

À toi de juger si tu dois être attentif ou non, selon les dimensions de cette poutre.

Cela t'évitera bien des erreurs...
d'inattention.



Il suffit de t'**A**rrêter pour **A**juster ton **A**ttention,

AAA

A vert = La poutre est large, pas de problème.

A orange = Plus étroite, attention !

A rouge = Difficile, je dois être très concentré.



©O. Jacob

8

LONGUE ou COURTE ?
HAUTE ou BASSE ?
ETROITE ou LARGE ?

A
A
A



©O. Jacob

RESTER SUR LA POUTRE