

Date :

Réfléchis aux raisons qui te poussent à manger en classe. Est-ce parce que tu as faim, que tu t'ennuies, autre chose ?

Explique comment manger en classe peut nuire à ta concentration et en ta capacité à suivre en classe. Pense également à l'impact que ça peut avoir sur tes camarades et ta professeure. Comment cela affecte-t-il l'ambiance de la classe ?

Réfléchis à des stratégies pour ne plus jamais manger en classe. Par exemple, ne plus prendre à manger pour le collège, ou bien prendre un petit-déjeuner copieux. Pense également à des activités plus constructives pour t'occuper si tu t'ennuies en classe.

