

## Prendre de la place : activité

Cette activité vous aidera à mettre en pratique ce que vous avez appris dans l'exercice « Prendre de la place ».



### Voici AJ

AJ aime faire du bénévolat dans sa communauté. AJ faisait du bénévolat dans un centre communautaire, mais iel a arrêté parce que le personnel ne voulait pas écouter les idées des bénévoles. Aujourd'hui, AJ fait du bénévolat dans une banque alimentaire, préparant des boîtes de nourriture pour les familles qui n'ont pas assez à manger.

Un jour, à la banque alimentaire, AJ voit deux membres du personnel qui essaient de trouver comment mettre assez de nourriture dans les boîtes. AJ est doué·e pour préparer des boîtes et veut aider, mais décide de ne rien dire. AJ se dit : « Le personnel ne veut probablement pas de mon aide, et je ne veux pas déranger. »



### Pensons-y

- Pourquoi pensez-vous qu'il est difficile pour AJ de prendre de la place?
- Si vous étiez l'ami d'AJ, quels conseils lui donneriez-vous pour l'aider à être à l'aise de prendre de la place?
- Avez-vous parfois l'impression de ne pas pouvoir prendre de la place? Que ressentez-vous alors?