

## Le Jeu des 30 besoins !

Cartes « Besoins » à imprimer sur bristol, à découper et plastifier.

**Aimer**

**Jouer**

**Coopérer**

**Communiquer**

**S'amuser**

**Créer**

|                                  |                                    |
|----------------------------------|------------------------------------|
| <b>Avoir des amis</b>            | <b>Célébrer une bonne nouvelle</b> |
| <b>Découvrir le monde</b>        | <b>Réaliser son rêve</b>           |
| <b>Créer un monde plus juste</b> | <b>Bouger</b>                      |
| <b>Manger</b>                    | <b>Apprendre</b>                   |

Ce jeu a été conçu par Julien Lavenu pour LaboPhilo La Pensée Attentive dans le cadre du programme « Connais-toi toi-même et tu connaîtras l'univers » réalisé autour de la sortie de son livre *Les Fantômes de l'ego*



**Être en sécurité**

**Se reposer**

**Se détendre**

**S'évader**

**Voyager**

**Faire de belles  
choses**

**Donner du sens à  
sa vie**

**Protéger ce qu'on  
aime**

|                              |                             |
|------------------------------|-----------------------------|
| <b>Être respecté</b>         | <b>Avoir de l'attention</b> |
| <b>Être réconforté</b>       | <b>Partager</b>             |
| <b>Se sentir libre</b>       | <b>Exprimer ses idées</b>   |
| <b>Exprimer ses émotions</b> | <b>Rire</b>                 |