

Retour des 6èmes sur la question : (avec leurs propres mots )

### D'APRES TOI, QUE SE PASSE T'IL SI TU NE DORS PAS SUFFISAMMENT ?

- Se coucher plus tôt
- Je suis fatiguée et pas concentrée
- Je tiens pas debout et je n'arrive pas à réfléchir.
- On est fatigué et on a froid.
- On est fatigué +++++
- Je suis ronchon
- On est fatigué toute la journée
- On peut s'endormir en classe.
- J'ai froid, j'ai du mal à forcer.
- Je dors dans le bus
- On s'endort très facilement
- On sera fatigué le matin et on aura pas assez de force.
- Je dors sur la table en cours et je me prends des punitions.
- Je suis fatigué et je peux m'endormir en classe.
- Je dormirai en cours, je serai hyper fatiguée
- On se sent fatigué, on peut être en mauvaise forme, avoir des courbatures.
- Je suis en forme quand même, mais je baille beaucoup.
- Je suis fatigué et je baille toute la journée et je m'endors plus tôt donc je me lève plus tôt et j'attends dans mon lit et je me rendors et ma mère me réveille.
- Je suis de mauvaise humeur.
- Je dors en histoire, en cours.
- Tu es fatigué, manque de sommeil, tu as des cernes, moins d'énergie.
- On dort en cours, dès qu'on rentre on mange pas car on s'endort.
- On va être énervé
- Je vais m'endormir en cours
- On dort en cours et on écoute pas, il y a trop de fatigue.
- Je sais pas
- Je suis fatigué toute la journée je suis de mauvais poil
- Le corps ne marche plus bien, et on a rien envie de faire et on est toujours fatigué.
- On meurt plus jeune.
- On a pas assez de force
- les cernes, on peut mourir
- on va se sentir fatigué, les cernes et on peut mourir
- les cernes, on peut mourir plus tard
- A cause des cernes et quand je suis somnambules
- Tu auras du mal à te réveiller
- Je ne dors pas
- On est fatigué
- Bah, tu t'endormiras en cours
- On peut être somnambules
- Je ne vais pas suivre les cours et avoir plein de cernes.



A la question :

### TE REVEILLES TU LA NUIT ET POURQUOI ?

- J'ai soif et je suis enrhumé ou j'ai trop chaud
- Pour aller aux chiottes ++
- Pour aller au toilette +++++++
- J'ai soif ++++
- quand je suis stressée, je me rendors aussitôt sauf quand j'ai peur
- le stress
- Je sais pas ++++
- Des fois pour boire ou j'ai mal quelques part, j'ai du mal à me rendormir.
- La **chat** +++
- malade
- Pour voir mon **chat**
- car le **chat** me mord le pied



cauchemars.

- Des cauchemars

- des cauchemars, toilettes, lumière, la porte de l'entrée
- parce que j'ai mal au ventre, et pour aller au toilette
- A cause du bruit
- Quand mes chevaux tapent dans les portes
- Mon chat sur le toit et il gratte à la porte. Mes parents qui se réveillent.
- Le **chat** qui veut sortir.
- Pour boire
- La pleine lune
- Pour manger ou des cauchemars
- Pour les toilettes, les **chiens**, soif, faim,

En résumé sur cette question, beaucoup se lève à cause des animaux, chats, chiens. Pour boire, aller aux toilettes, ou parce qu'ils font des cauchemars.