

TOUT LE MONDE PEUT RÉALISER SES RÊVES

# Valentina

UN FILM DE CHELO LOUREIRO

Avec les voix de  
**LAETITIA CASTA**  
et dans le rôle de Valentina  
**JEANNE MÉTIVIER**

DOSSIER PÉDAGOGIQUE ET D'ACTIVITÉS



# SOMMAIRE

## A PROPOS DE VALENTINA

*Petit mot de la Fédération Trisomie 21*

*Les personnages du film*

## AUTOUR DU FILM

*La chanson et le jeu des sept*

*Apprends les paroles des autres chansons du film !*

*Le jeu d'échec et le plateau*

## LES ACTIVITÉS

*Fais ton propre origami papillon*

*Construis le cirque de Valentina*

*Le quizz*

*La grille de mots*

*Relie les points*

*Coloriages*

## APPROFONDIR LES THÉMATIQUES

*Mon petit quizz sur la Trisomie 21*

*La petite exposition sur la Trisomie 21*



# PETIT MOT SUR VALENTINA DE LA FÉDÉRATION TRISOMIE 21

La trisomie 21, appelée également Syndrome de Down, est liée à un accident génétique survenu avant la naissance. Les personnes avec trisomie 21 ont 3 chromosomes 21 au lieu des 2 habituels. Le chromosome supplémentaire cause un retard dans le développement du cerveau et plusieurs anomalies physiques. En France, environ 500 personnes naissent chaque année avec une trisomie. La trisomie touche aussi bien les filles que les garçons. La durée de la vie des personnes avec trisomie 21 s'est considérablement allongée. Aujourd'hui, grâce aux progrès de la médecine, 80% de ces personnes vivent jusqu'à 55 ans et 1 sur 10 jusqu'à 70 ans.

Un enfant porteur d'une trisomie 21 peut aller à l'école avec les autres enfants et y effectuer des apprentissages en lecture, écriture et calcul. Il lui faudra certaines adaptations et il ira moins vite que les autres mais il pourra ainsi avoir les bases qui lui permettront de s'intégrer dans la société et réaliser ses rêves et ses projets. Comme le montre le film Valentina, nous sommes tous différents et spéciaux et il est important que dès leur plus jeune âge les enfants soient sensibilisés à la différence pour que tous ensemble nous construisions un monde plus inclusif ! Trisomie 21 France fédère plus de 50 associations qui agissent concrètement sur le terrain pour rendre la société plus inclusive et soutenir les personnes avec une trisomie 21 ou une déficience intellectuelle dans l'exercice de leurs droits. Nous agissons pour donner les moyens aux personnes avec trisomie 21 ou déficience intellectuelle de prendre la parole pour faire entendre leur voix et rendre la société plus inclusive.

Comme Valentina qui apprend dans le film à décider par elle-même, nous sommes convaincus qu'il est primordial que les personnes avec trisomie 21 ou déficience intellectuelle puissent faire leurs propres choix et décider de leur vie. Grâce à ce film vous inciterez vos élèves à se questionner et à agir à leur niveau pour rendre la société plus inclusive. La mixité des personnes à l'école, dans les loisirs, le travail et dans tous les lieux permet à chacun d'acquérir une maturité, et des valeurs d'ouverture et de solidarité.

Voici les différents supports que nous vous proposons et qui peuvent vous être utiles :

1- Une « petite expo » développée par notre partenaire HopToys pour sensibiliser les enfants : [Trisomie 21 : téléchargez la petite expo ! - Blog HopToys \(bloghoptoys.fr\)](#)

2- Pour comprendre la trisomie 21 :  
[C'est quoi la trisomie 21 ? - Trisomie 21 France \(trisomie21-france.org\)](#)

3- Pour comprendre en quoi il est important de laisser les personnes avec trisomie 21 exprimer leurs besoins et ne pas décider à leur place :

- Une vidéo plus pour l'équipe enseignante et les parents : [Les accompagnements à l'auto-détermination - YouTube](#)
- Une vidéo plus adaptée aux enfants : [STOP! JE PARLE - YouTube](#)

Il y a aussi d'autres vidéos qui vous seront peut-être utiles sur notre chaîne youtube : [Trisomie 21 France - YouTube](#)

# LES PERSONNAGES



## Valentina

Valentina est une petite fille avec trisomie 21. Elle a une relation fusionnelle avec sa grand-mère, qu'elle admire beaucoup. Rêveuse et joyeuse, elle manque pourtant de confiance en elle mais s'apprête à vivre une aventure qui la fera grandir et lui prouvera qu'elle peut devenir qui elle veut.

## Chiqui

Petite souris silencieuse, enjouée et très facétieuse, Chiqui est le meilleur ami de Valentina. Quand elle se sent triste, Valentina l'appelle en chantant pour qu'il vienne la réconforter. Elle sait que tout le monde pense qu'il est imaginaire, mais ils ont tort... ils ne chantent pas pour lui, c'est tout ! Il croit aveuglément en Valentina et est capable de tout pour la faire rire. Il est un peu nerveux mais trouve qu'ensemble, ils forment une équipe imbattable. Sa chanson préférée est Tu es spéciale. C'est pourquoi, chaque fois qu'il l'entend, il apparaît et se met à danser... jusqu'à ce qu'un adulte arrive et qu'il se cache.



## Maman et Papa

Ils veulent le meilleur pour Valentina et sont peut-être parfois trop protecteurs, mais ils croient en elle et en son potentiel. Ils ont peur qu'elle souffre et ne savent pas comment lui dire que sa grand-mère est partie et qu'elle ne reviendra pas. À leur grande surprise, Valentina leur dit que sa grand-mère est très heureuse au pays de ceux qu'on n'oublie jamais. Et que c'est une grande fille maintenant. Seront-ils capables de la suivre ?



## La Grand-mère

Elle apprend tout à Valentina de la manière la plus amusante qui soit : en chantant. Elle ne s'arrête jamais de chanter ! Elle croit que tout est possible si on se donne du mal et rêve de devenir cheffe d'orchestre. Avant de s'en aller, elle essaiera de transmettre à Valentina sa philosophie de vie : tout est une question d'attitude. La joie, l'endurance - et beaucoup de passion ! - sont les clés du succès. Ce dont elle est le plus fière, c'est d'avoir transmis à Valentina un héritage de jeux, d'esprit et surtout de chansons...



## Le Roi et la Dame

Ce sont les pièces les plus solennelles du jeu d'échecs, un jeu auquel Valentina et sa grand-mère consacrent leurs après-midis lorsqu'elles ne peuvent pas aller au parc. Ils sont responsables et rationnels. Ils prennent l'apparence des parents de Valentina dans ses rêves. Ils en savent plus que ce qu'ils disent, ils l'encouragent et l'aident à découvrir son but par elle-même. Ils dirigent l'échiquier et tentent d'apporter un peu d'ordre aux autres pièces folles et chaotiques. Mais ils sont aussi joyeux et n'hésitent pas à chanter et à danser ou à se lancer dans des aventures fantastiques avec Valentina. C'est un couple jovial, le Roi finit souvent les phrases commencées par la Reine et ils sont toujours d'accord à la fin. "C'est logique" est leur devise.

## Le Cavalier

Plutôt naïf, le Cavalier est également enthousiaste, drôle et impulsif. Il gambade tout le temps et apporte de la joie à tous ceux qui l'entourent. Il fait souvent des erreurs en agissant avant de réfléchir et surprend par des boutades inattendues. Il est toujours prêt à aider Valentina et il n'est jamais gêné par les rires de son entourage car il se sent aimé et respecté.



## Les Pions

Ces petits sauvages parlent toujours en chœur, mais sans l'harmonie à laquelle on pourrait s'attendre. Ils font aussi preuve d'une grande générosité et essaient toujours d'être utiles (ce qu'ils réussissent rarement...).



## Le Fou

Il est timide et très allergique, ce qui le fait tousser de manière intempestive : dès qu'il essaie de passer inaperçu, de parler ou de se concentrer pour faire son meilleur numéro de cirque... il ne peut s'en empêcher ! Ses camarades rient souvent de lui ou lui font des reproches, mais il ne se met jamais en colère car cela n'en vaut pas la peine.



## La Tour

Très curieuse, elle aime apprendre et garde un œil sur tout le monde pour être sûre de ne rien rater. C'est une petite copieuse qui imite ce que font les autres, mais elle ne fait pas ça pour attirer l'attention, elle le fait pour elle-même et dans l'espoir de s'améliorer.



## LA CHANSON DES SEPT

**Nous on aime le 7,  
car c'est un chiffre chouette  
Un chiffre avec des multiples facettes  
7 notes de musique pour écrire une chanson  
Et apprendre ses tables de multiplication**

Combien font 7 fois 1  
Ça fait seulement 7  
Combien font 7 fois 2  
Ça fait 14  
Combien font 7 fois 3  
Ça fait 21  
Rien de tel que chanter pour apprendre à  
compter  
Combien font 7 fois 4  
Ça ça fait 28

Combien font 7 fois 5  
Ça fait 35  
Est ce que vous savez combien font 7 fois 6?  
Ça fait 42, c'est l'heure d'entrer en piste! Allez!

**Nous on aime le 7,  
car c'est un chiffre chouette  
Un chiffre avec des multiples facettes  
7 notes de musique pour écrire une chanson  
Et apprendre ses tables de multiplication**

7 fois 7 ça fait 49 je vous le rappelle  
Savez vous qu'il y a 7 couleurs dans l'arc en  
ciel?  
7 fois 8 : 56, entrons tous en scène  
Il y a exactement 7 jours dans une semaine

7 multiplié par 9  
Ça fait 63  
Sauter dans les flaques d'eau,  
nous ça nous met en joie  
7 fois 10  
70, on attend quelqu'un?  
Il ne manquait plus que Blanche-Neige  
et les sept nains

**Nous on aime le 7,  
car c'est un chiffre chouette  
Un chiffre avec des multiples facettes  
7 notes de musique pour écrire une chanson  
Et apprendre ses tables de multiplication**

## LE JEU DES SEPT

Comme dans la chanson de VALENTINA, trouve dans la liste tout ce qui va par sept !

LES JOURS DE LA SEMAINE LES ARRONDISSEMENTS DE PARIS

LES NAINS DE BLANCHE NEIGE LES NOTES DE MUSIQUE

LES MOIS DE L'ANNÉE LES COULEURS DE L'ARC-EN-CIEL

LES MERVEILLES DU MONDE LES DOIGTS DE LA MAIN

## LES CHANSONS DU FILM

### TU ES SPECIALE

On est amis et peu importe que tu ne sois pas comme nous  
La différence est une beauté, une force et un atout  
On avance dans la vie main dans la main  
Ensemble on n'a pas peur du lendemain  
On veut que ça dure pour toujours car on est si bien

**Parce que tu es vraiment spéciale**  
**Parce que tu es vraiment spéciale**  
**La plus géniale**  
**On a de la chance d'être tes amis**  
**Ta différence nous a tous conquis**  
**Parce que tu es vraiment spéciale**

A l'école Albert Einstein n'était pas très doué  
C'est à peine si Pablo Picasso savait compter  
Ce que j'aimerais pouvoir leur ressembler, et peindre  
la relativité

Il y a rien de mieux que la singularité pour progresser

**Parce que tu es vraiment spéciale**  
**Parce que tu es vraiment spéciale**  
**La plus géniale**  
**On a de la chance d'être tes amis**  
**Ta différence nous a tous conquis**  
**Parce que tu es vraiment spéciale**

On veut avancer à tes côtés toute notre vie

**Parce que tu es vraiment spéciale**  
**Parce que tu es vraiment spéciale**  
**La plus géniale**

**On a de la chance d'être tes amis**  
**Ta différence nous a tous conquis**

Parce que tu...

Es vraiment spéciale

### JAMAIS SEULE

Cesse donc de te cacher, j'ai envie de jouer  
Il n'y a que toi et moi, personne ne nous verra  
C'est vraiment amusant, de se croire transparent  
On peut prendre toute la place et même faire des grimaces

**Le soleil se couche et, la lune fait son entrée**  
**Si tu es à mes côtés il ne peut rien m'arriver**  
**Quand on a des amis, ensemble on pleure on rit**  
**Quand on aime ses amis ensemble c'est pour la vie**

On s'amuse et on rit puis c'est l'heure de dormir  
Lorsque le jour s'achève, on court au pays des rêves  
Des étoiles dans le ciel scintillent et sont si belles  
Un bisou de bonne nuit et on file au lit

**Le soleil se couche et la lune fait son entrée**  
**Si tu es à mes côtés il ne peut rien m'arriver**  
**On est de vrais amis, ensemble on pleure on rit**  
**On est de vrais amis, ensemble c'est pour la vie**

Je ne me sens jamais seule  
Non jamais jamais seule

Ecoute  
les chansons ici

### LA PISTE

**Nous ce qu'on aime c'est tout changer**  
**Monter sur une piste en carré**  
**Et tous les jours nous déguiser**  
**Changer toutes les règles fixées**  
**La différence c'est ce qui nous plaît**

Nous on veut que les lions et les crocodiles  
Jouent ensemble dans la savane  
Qu'les oeufs de la femelle crocodile  
Soient gardés par la maman lionne

La piste est une immense palette  
Où toutes les couleurs sont belles  
Ici pas besoin de dompteurs  
Clowns et animaux sont fraternels

**Nous ce qu'on aime c'est tout changer**  
**Monter sur une piste en carré**  
**Et tous les jours nous déguiser**  
**Changer toutes les règles fixées**  
**La différence c'est ce qui nous plaît**

S'élaner du trapèze est compliqué  
On pourrait se casser le nez  
On préfère faire de la magie  
Et se raconter des poésies

On a arrondi les billets  
Les cerceaux sont devenus carrés  
Dans ce cirque excentrique et gai  
Vous êtes bien sûr tous invités

Le spectacle doit se terminer  
Mais moi j'ai envie de continuer  
Tous ces efforts nous on affamé  
Allons prendre un petit déjeuner!

**Nous ce qu'on aime c'est tout changer**  
**Monter sur une piste en carré**  
**Et tous les jours nous déguiser**  
**Changer toutes les règles fixées**  
**La différence c'est ce qui nous plaît**

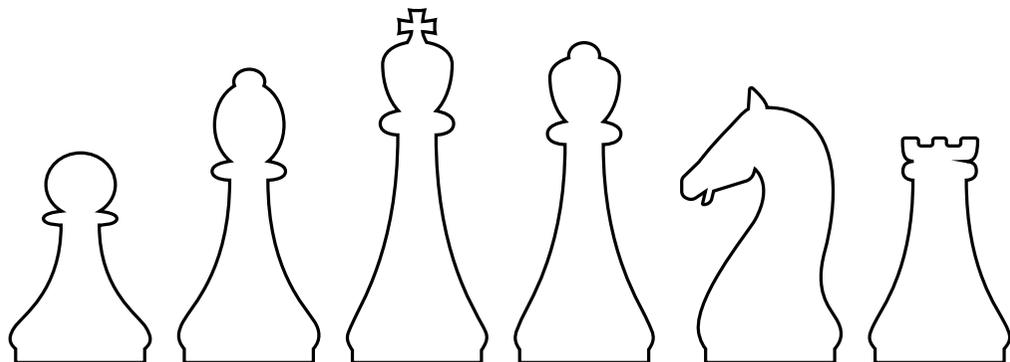
# LES ÉCHECS

Le jeu d'échec est un jeu de stratégie qui se joue à un contre un. Cela se joue sur un plateau qu'on nomme échiquier qui comporte 32 cases noires et 32 cases blanches ce qui fait un total de 64 cases. Sur ce plateau, se trouvent 16 pions blancs et 16 pions noirs. Il y a donc un joueur qui joue avec les pions noirs et l'autre avec les blancs. Chacun essaie de gagner la partie en capturant tous les pions de son adversaire qui sont composés d'un roi, une reine, deux fous, deux cavaliers et deux tours et de huit petits « soldats ». Lorsque que le roi d'un des deux camps ne peut plus se protéger d'une attaque, l'adversaire crie « échec et mat ! » et la partie est terminée.

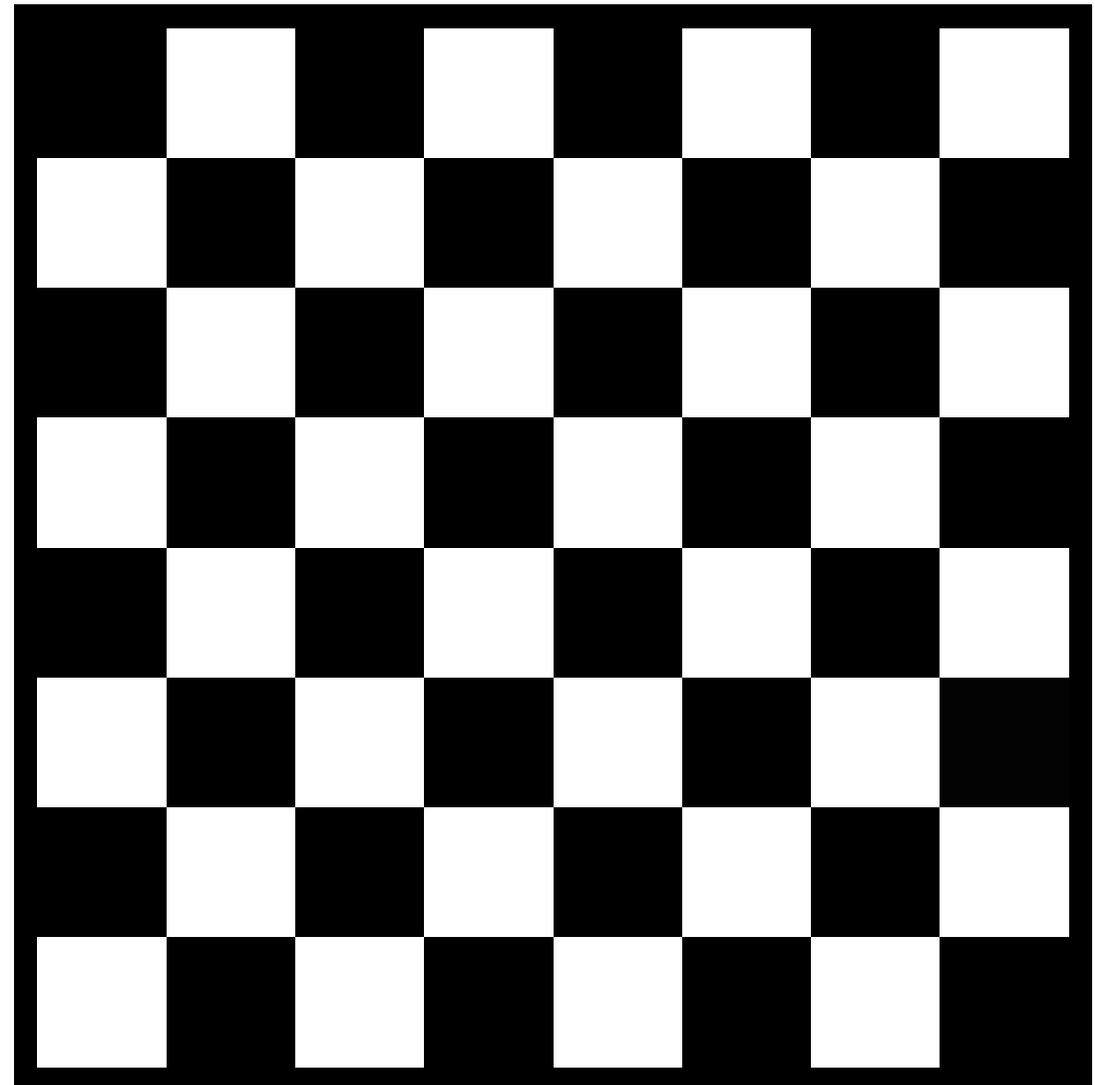
Pour apprendre le déplacement des pièces rendez-vous ici.

Tu peux les décorer comme tu le souhaites !

Voici tes propres pièces d'échec à découper ! Pour qu'elles soient plus résistantes tu peux les coller sur du carton.



Voici ton propre échiquier à découper ! Pour qu'il soit plus résistant tu peux le coller sur du carton.



# VALENTINA SUIT DANS LE FILM UN PAPILLON. RÉALISE TON PROPRE PAPILLON EN ORIGAMI !

Il te faudra :

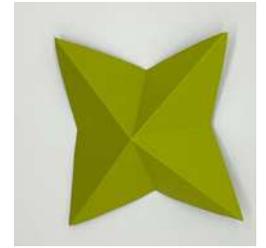
- Une feuille de papier coloré
- Une paire de ciseaux (à manipuler avec un adulte)
- En bonus : de la peinture, des paillettes...

C'est quoi un origami ?

L'Origami est l'art du pliage en papier. Il s'agit d'une tradition japonaise, très amusante pour les petits comme pour les grands !



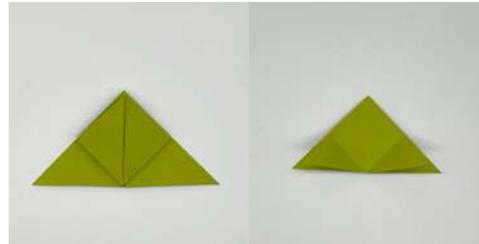
1. Plie le papier en suivant les deux diagonales du carré.



2. Retourne le papier et le plier en deux sur ses axes du milieu.



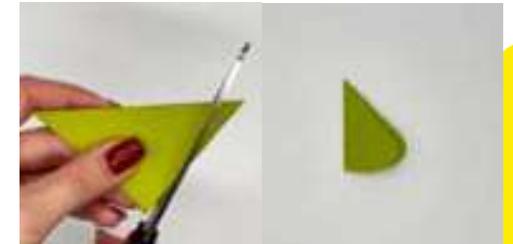
3. Plie les deux parties latérales vers le milieu de façon à obtenir un triangle.



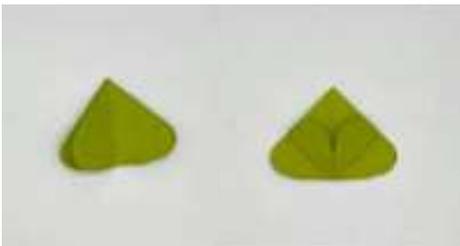
4. Rabat les deux coins d'un des triangles vers le haut pour marquer les plis puis déplie les.



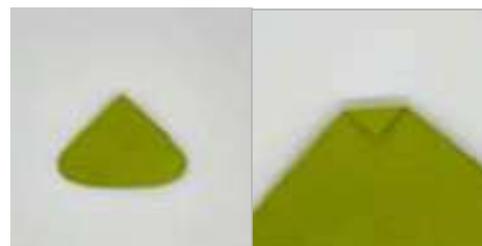
5. Plie le triangle en deux pour marquer un pli central.



6. Découpe l'extrémité du triangle en forme arrondie



7. Déplie le triangle et plier les deux parties latérales vers le milieu (comme à l'étape 3)



8. Retourne le triangle et faire un mini pli avec le bout pointu



9. Amène la pointe (toujours pliée) vers le bord inférieur du triangle puis marque le pli



10. Retourne le papillon et plie-le en deux pour lui donner du volume

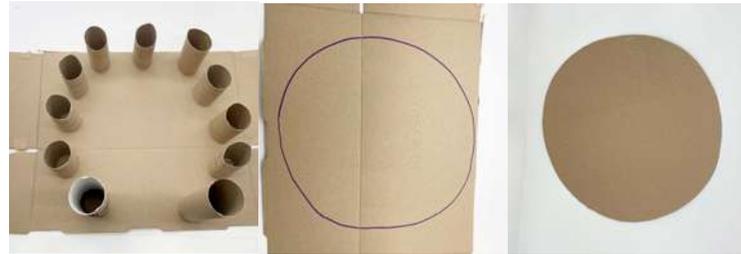
**BRAVO TU AS FINI !**

Pour que ton papillon soit encore plus beau, utilise de la peinture et des paillettes pour le décorer !

# VALENTINA RÊVE D'ÊTRE TRAPÈZISTE DANS UN CIRQUE. CONSTRUIT LE CIRQUE DE SES RÊVES !

Il te faudra :

- 9 rouleaux de papier toilette
  - 2 rouleaux de sopalin
  - De la gouache (rouge)
  - Un tube de colle forte
  - Un pinceau
  - Une paire de ciseaux
  - Une feuille rouge
  - Une feuille jaune
  - Du carton pour la base du cirque
  - Pour la déco : paillettes, rubans, autocollants...
- Tout ce que tu veux !

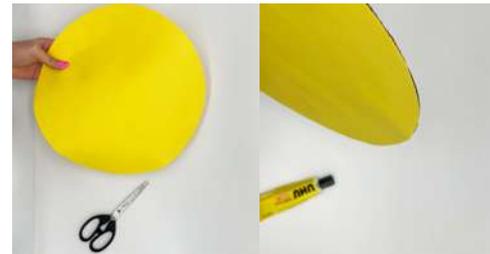


1. Visualise la taille de ton cirque en plaçant les rouleaux sur le carton. Une fois que c'est fait, dessine un cercle sur le carton puis le découper pour créer le socle.



2. Peins les rouleaux avec la gouache puis laisser sécher

**Le ciseau et le cutter sont à manipuler avec un adulte**



3. Pendant ce temps, découpe dans le papier jaune un cercle identique au socle et colle-le par dessus.



4. Colle les rouleaux peints sur le socle.



5. Sur le papier rouge, trace le chapiteau du cirque au feutre. Sur un petit rectangle de papier jaune, écrire « CIRQUE » puis colle-le sur le chapiteau.



6. Colle le chapiteau sur les deux grands rouleaux.

7. Décorer le chapiteau !



## LE QUIZZ SUR LE FILM

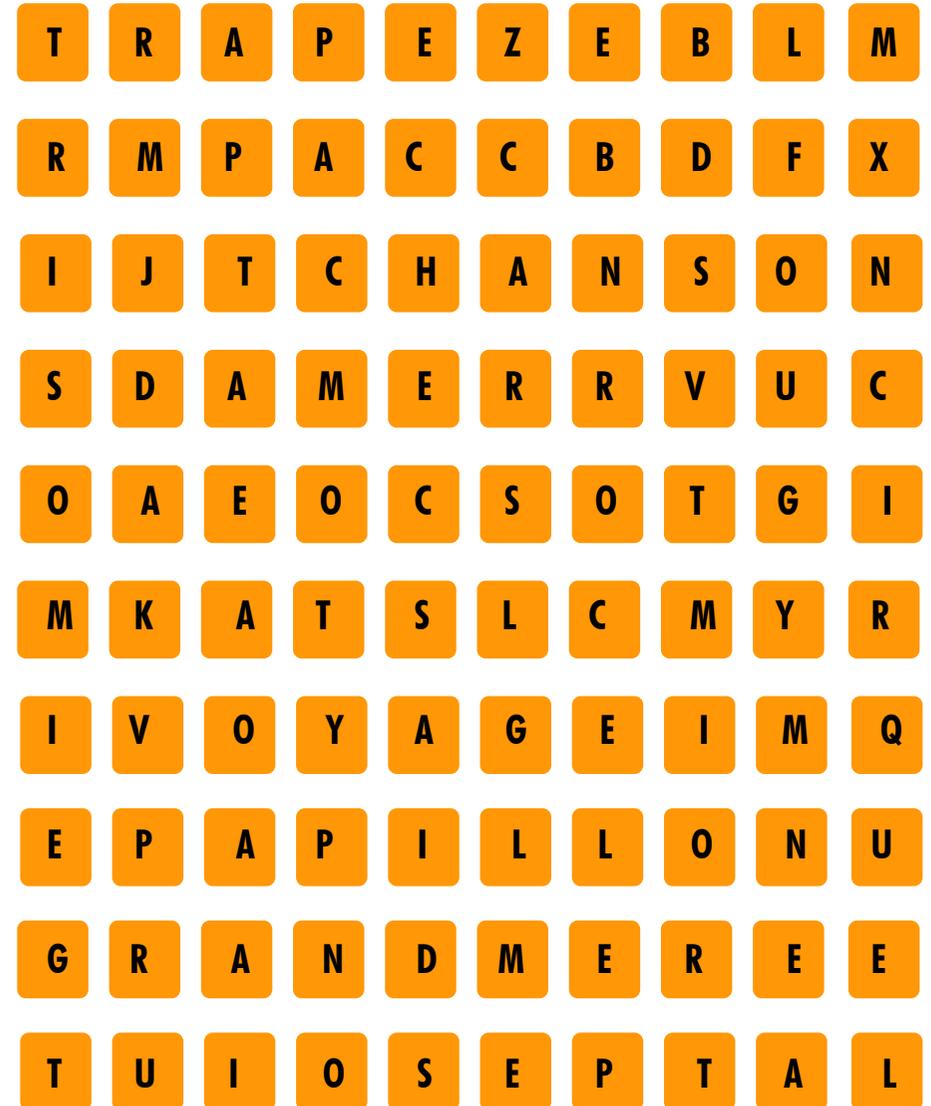
- 1 Comment s'appelle le meilleur ami de Valentina ?
- 2 De quelle couleur est le papillon que suit Valentina ?
- 3 Quel est le petit déjeuner préféré de Valentina ?
- 4 De quelle couleur est le tutu de Valentina ?
- 5 De quelle couleur sont les cheveux de Valentina ?
- 6 Qui sont en vérité le roi et la reine des échecs ?
- 7 Comment s'appellent les deux mamies endormies dans le parc ?

1 CHIQUI 2 ROSE ET VIOLET 3 DES CREPES 4 ROSE 5 ROUX  
6 LE PAPA ET LA MAMAN DE VALENTINA 7 MADAME LOLA ET  
MADAME FLOR

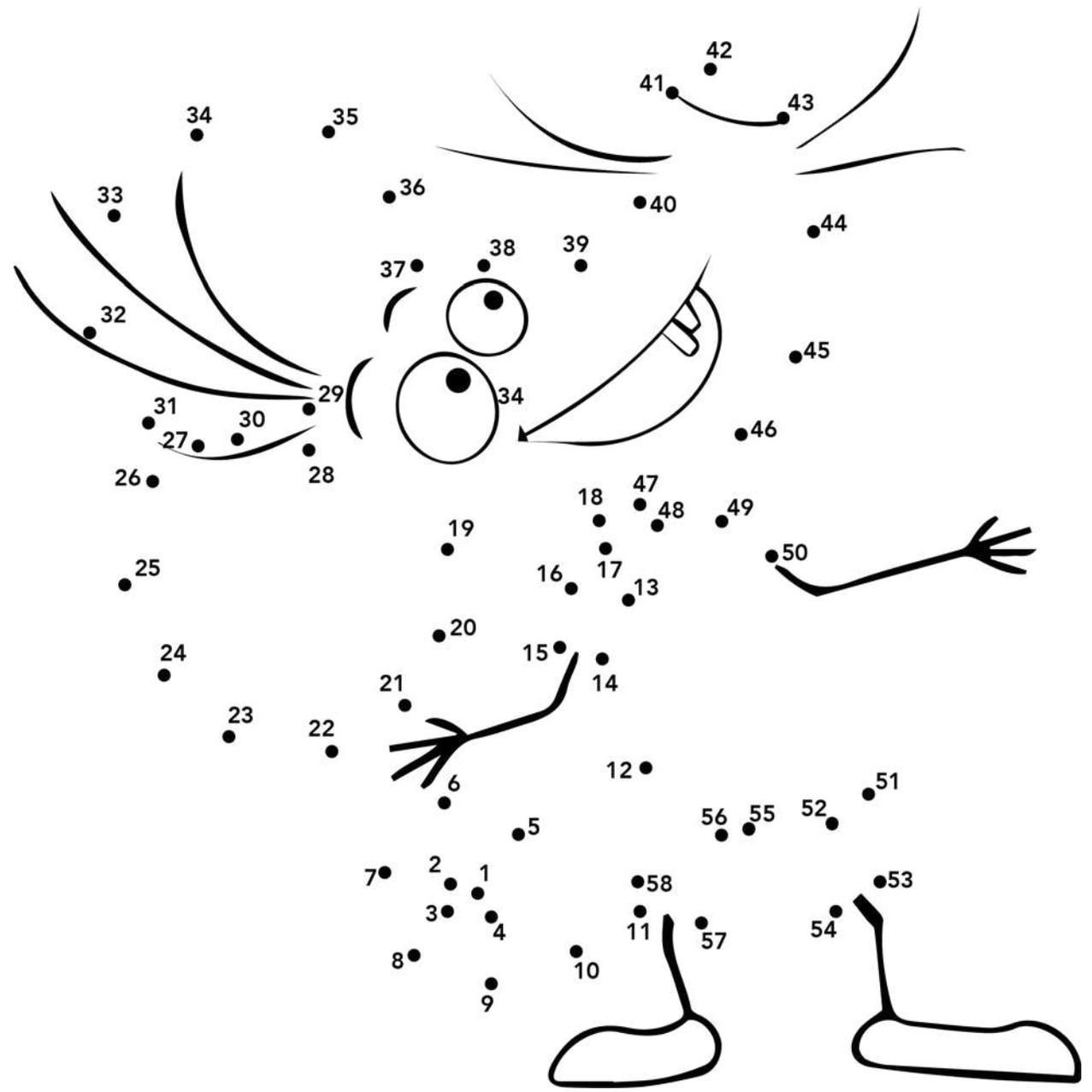
## LA GRILLE

Retrouve dans cette grille les dix mots ci-dessous. Ils peuvent être écrits à l'endroit, à l'envers, à l'horizontale, à la verticale ou en diagonal.

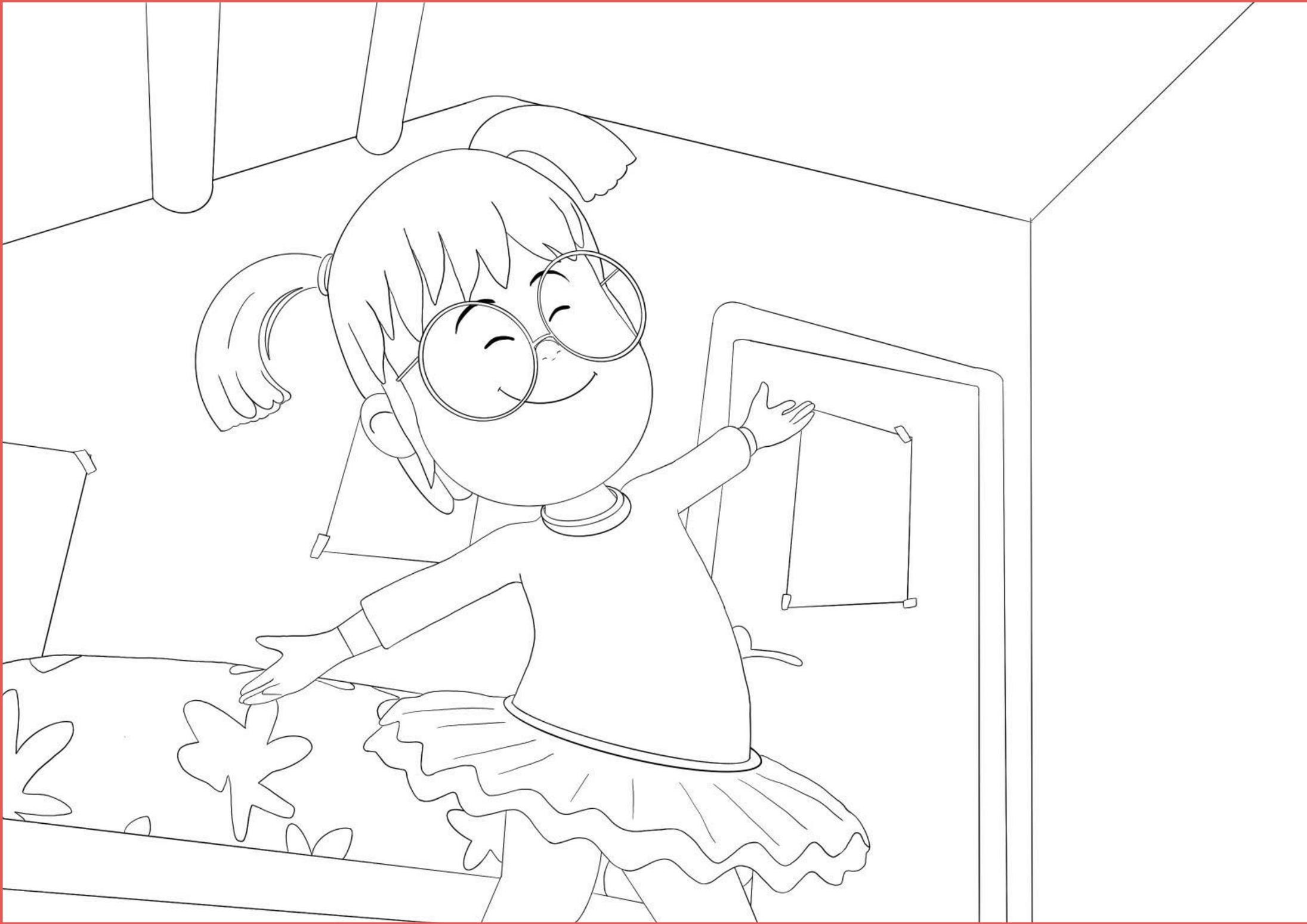
TRISOMIE    PAPILLON    TRAPEZE    CIRQUE    VOYAGE  
GRAND MERE    CHANSON    ECHECS    DAME    ROI



Relie les points  
pour dessiner Chiqui.









## APPROFONDIR LES THÉMATIQUES

*En collaboration avec Hop Toys*

**Cliquez pour  
accéder aux  
liens**



Mon petit quizz sur la Trisomie 21

La petite exposition

