

HELAINÉ BECKER

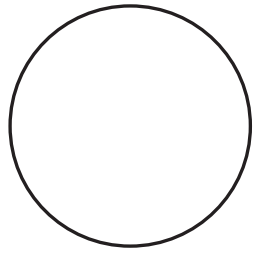
Tests,  
quiz et jeux  
à faire avec  
ma BFF

# Amies pour la vie



Licence enq-332-1923898-PROD29004874785 accordée le 26 mars  
2020 à daphnée decrolier

Amies  
pour la vie



Amies  
pour la vie



## Guy Saint-Jean Éditeur

4490, rue Garand  
Laval (Québec) Canada H7L 5Z6  
450 663-1777  
info@saint-jeanediteur.com  
saint-jeanediteur.com

## Données de catalogage avant publication disponibles à Bibliothèque et Archives nationales du Québec et à Bibliothèque et Archives Canada

Nous reconnaissons l'aide financière du gouvernement du Canada ainsi que celle de la SODEC pour nos activités d'édition.

Financé par le  
gouvernement  
du Canada



SODEC  
Québec

Gouvernement du Québec – Programme de crédit d'impôt pour l'édition de livres – Gestion SODEC

Publié initialement en 2012 et en 2014 sous les titres respectifs suivants: *The Quiz Book for BFFs* et *The Quiz Book for BFFs 2* par Scholastic Canada Limited

© Helaine Becker, 2012, pour l'édition originale

© Helaine Becker, 2014, pour l'édition originale

© Guy Saint-Jean Éditeur inc., 2019, pour l'édition en langue française

Traduction: Johanne Tremblay

Révision: Helene Jutras

Correction: Émilie Leclerc

Illustration de la page couverture: Mathieu Benoit

Mise en pages: Christiane Séguin

Illustrations: pages 105, 109, 146-147 © Scholastic/Simon Kwan; pages 6 à 16, 18-19, 21, 22 à 26, 28, 30 à 37, 39, 42 à 47, 49, 50 à 55, 59 à 65, 67 à 77, 79 à 85, 88 à 94, 97 à 100, 107, 108, 110, 112 à 115, 124 à 127, 131, 133, 135, 136, 138, 143, 145, 148, 150, 152-153, 156, 158, 161, 164, 169-170, 173, 176, 178, 182-183, 185 © Shutterstock.com; pages 99, 104, 106, 108, 111, 115, 116 à 120, 123, 128 à 130, 132, 135, 139, 140 à 143, 147, 149, 150 à 156, 161, 163, 165, 166, 172, 175, 178 à 181, 185 © Dreamstime.com; pages 186-187: Mathieu Benoit.

Dépôt légal – Bibliothèque et Archives nationales du Québec, Bibliothèque et Archives Canada, 2019

ISBN: 978-2-89758-476-4

PDF: 978-2-89758-675-1

Tous droits de traduction et d'adaptation réservés. Toute reproduction d'un extrait de ce livre, par quelque procédé que ce soit, est strictement interdite sans l'autorisation écrite de l'éditeur. Toute reproduction ou exploitation d'un extrait du fichier PDF de ce livre autre qu'un téléchargement légal constitue une infraction au droit d'auteur et est passible de poursuites pénales ou civiles pouvant entraîner des pénalités ou le paiement de dommages et intérêts.

Imprimé au Canada

1<sup>re</sup> impression, octobre 2019



Guy Saint-Jean Éditeur est membre de  
l'Association nationale des éditeurs de livres (ANEL).



HELAINÉ BECKER

Amies  
pour la vie

Tests,  
quiz et jeux  
à faire avec  
ma BFF

A collection of small, stylized stars and hearts scattered below the main title.

Guy Saint-jean  
ÉDITEUR



# Table des matières



Quel type d'amie es-tu? .....	6
Êtes-vous vraiment meilleures amies pour la vie? .....	9
Connais-tu bien ta meilleure amie? Test bronze .....	12
Es-tu une amie loyale? .....	14
Avez-vous été séparées à la naissance? .....	17
Saurais-tu choisir l'animal de compagnie rêvé pour ta meilleure amie? .....	20
Timide ou sociable? .....	26
Es-tu une princesse, une comédienne ou une cascadeuse? ...	29
Connais-tu bien ta meilleure amie? Test argent .....	32
Quelle est la vocation de ta BFF? .....	34
BD de BFF .....	40
En quoi vous déguiserez-vous pour l'Halloween? .....	43
Amies ou « enamies »? .....	48
Peux-tu faire rire ta meilleure amie? .....	52
Êtes-vous synchro? .....	55
Quels sont tes talents particuliers? .....	56
Choisir entre deux maux... ..	57
Êtes-vous des potineuses ou des tombes? .....	59
Connais-tu bien ta meilleure amie? Test or .....	63
Quel est le pouvoir secret de ton amie? .....	64
Ta BFF a-t-elle ce qu'il faut pour survivre? .....	67
Plutôt tendues ou plutôt relax, les filles? .....	71
Ta BFF est-elle une extraterrestre? .....	74
Peux-tu dessiner plus vite que ton ombre? .....	77
Quel monstre se cache derrière ta BFF? .....	78
Votre amitié est-elle en forme? .....	83
Pensez-vous vraiment pareil, toi et ta best? .....	88

Le test des farfelues .....	90
Es-tu miel ou jalapeño? .....	93
Êtes-vous destinées à rester amies? .....	96
Connais-tu bien ta meilleure amie? Test diamant .....	99
Savez-vous danser? .....	101
Serez-vous amies pour la vie? .....	106
Qu'est-ce qui vous trotte dans la tête? .....	108
Bof ou ark? .....	110
À quelle pionnière ta best ressemble-t-elle? .....	112
Choisir entre deux maux... encore .....	118
Une histoire trouée pour rigoler .....	121
Vois-tu ce que je vois? .....	123
Connais-tu bien ta meilleure amie? Test émeraude .....	125
Princesse, paysanne ou bouffonne? .....	127
Concours de cinglées (réservé aux BFF!) .....	130
À quelle sportive célèbre ta best ressemble-t-elle? .....	132
Choisis sa prochaine coupe de cheveux .....	135
Avez-vous été séparées à la naissance? (Yé! On le refait!) ...	143
Fais-moi un dessin .....	146
Loup-garou, vampire ou zombie? .....	149
Qui est la yogi? Elle ou toi? .....	152
Connais-tu bien ta meilleure amie? Test rubis .....	155
Une histoire trouée pour rigoler (la suite) .....	157
BD de BFF, Tome 2 .....	159
Trop biz! .....	162
Qui es-tu? .....	165
À quel point comprends-tu les gars? .....	168
Es-tu extravertie, introvertie ou ambivertie? .....	171
Deux têtes valent mieux qu'une .....	174
Chien ou chat? .....	177
Quel est ton QÉ? .....	180

# Quel type d'amie es-tu?

Es-tu une leader ou une cheerleader? Pour ta BFF, ton amitié, c'est un plaisir ou carrément un besoin? Réponds *toujours*, *parfois* ou *jamaïs* à chacune des questions suivantes pour connaître ton profil d'amie.

1. Mes amies me confient leurs problèmes. Elles savent que je vais les écouter et leur donner de bons conseils.
2. Je suis celle qui débarque avec un plan de match de ce que mes amis et moi pourrions faire pour nous amuser.
3. Je sais faire rire mes amies.
4. Si mon amie est triste, j'essaie de lui remonter le moral en lui proposant des mots de réconfort ou un cornet de crème glacée!
5. J'encourage toujours mes amies à tenter leur chance: je veux que tout le monde voie à quel point elles sont bourrées de talents et uniques.
6. J'adore recevoir, que ce soit inviter toutes mes amies à dormir à la maison ou juste traîner à table dans la cuisine.
7. J'aime raconter aux gens les exploits de mes copines; ça me rend fière d'avoir des amies comme elles!
8. Mes amies me racontent tous leurs secrets.
9. J'aime aider les gens, et mes amies comptent sur moi pour les aider à faire leurs devoirs, à résoudre leurs problèmes et à décider quoi porter!
10. Dans un groupe, j'ai tendance à être celle qui donne son avis la première... et le plus fort!



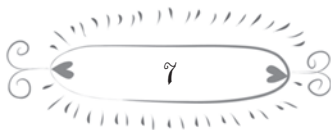
## Pointage

- |                                         |                                         |                                         |                                          |
|-----------------------------------------|-----------------------------------------|-----------------------------------------|------------------------------------------|
| 1. Toujours 0<br>Parfois 5<br>Jamais 10 | 4. Toujours 0<br>Parfois 5<br>Jamais 10 | 7. Toujours 0<br>Parfois 10<br>Jamais 5 | 10. Toujours 10<br>Parfois 5<br>Jamais 0 |
| 2. Toujours 10<br>Parfois 5<br>Jamais 0 | 5. Toujours 5<br>Parfois 0<br>Jamais 10 | 8. Toujours 0<br>Parfois 5<br>Jamais 10 |                                          |
| 3. Toujours 5<br>Parfois 10<br>Jamais 0 | 6. Toujours 5<br>Parfois 10<br>Jamais 0 | 9. Toujours 5<br>Parfois 0<br>Jamais 10 |                                          |

## Ton résultat...

**0 à 20: Celle qui écoute.** Tu as un grand cœur. Tes amies savent qu'elles peuvent se tourner vers toi lorsqu'elles ont besoin d'une oreille pour se confier ou d'une épaule pour pleurer. Tu sais écouter les gens de manière qu'ils se sentent compris. Tu sais aussi quand donner un conseil et quand il vaut mieux te contenter d'écouter et de laisser ton amie ventiler. Ce talent te rend précieuse auprès de tes amies et fait de toi une confidente en qui on peut avoir confiance.

**25 à 35: L'amie qui prend soin.** Tu adores t'occuper des gens et des animaux. Si un oiseau se brise une aile, c'est toi qui le soigneras jusqu'à ce qu'il puisse reprendre son envol. Si une amie a le cœur brisé, c'est toi qui l'aideras à en guérir et à retrouver son énergie. Ta nature chaleureuse et généreuse est une chose rare et précieuse. C'est bien pour ça que tes amies t'aiment autant !



**40 à 55: La cheerleader.** Tu n'es pas le genre à monopoliser l'attention. Tu préfères rester en coulisse et laisser tes amies briller de tous leurs feux. Comment se fait-il que personne ne voie combien tu es vive d'esprit, talentueuse et fabuleuse? Ne t'étonne pas, dans quelques années, lorsque tes amies te remercieront en remportant un Oscar ou une médaille d'or olympique. Seulement, n'oublie pas que toi aussi, tu es formidable!

**60 à 75: La fantaisiste.** Tu ne te sens jamais plus près des gens que lorsque tu ris ou chantes avec eux: c'est ce que tu aimes par-dessus tout. C'est pour ça que tu t'es donné pour mission d'apporter de la joie dans la vie de tes amies. Tu adores faire des blagues et les divertir. Et tes amies t'apprécient pour cette raison. Quand tu débarques, la lumière semble plus éclatante, tout a meilleur goût et la musique est plus vibrante.


**80 et +: La leader.** Tu as un esprit vif, tu respires la confiance en soi et tes amies n'ont aucun mal à te laisser prendre les devants. Les bonnes idées, les programmes pour le vendredi soir et les conseils imbattables sont tes spécialités. Tes amies te font confiance, elles savent que tu es une personne intègre qui ne va jamais suivre la majorité si la majorité a tort. C'est ce qui fait de toi une amie qui inspire la plus grande loyauté.





# Êtes-vous vraiment meilleures amies pour la vie?

Votre amitié est-elle aussi solide que vous le croyez?

- 
1. Ton amie est acceptée au sein de l'équipe de soccer de l'école. Pas toi. Elle...
    - a. propose d'y renoncer pour te réconforter.
    - b. te demande de venir célébrer chez elle.
    - c. te réconforte parce qu'elle sait que tu dois être blessée.
    - d. n'en reparle plus jamais.
  2. Une nouvelle élève débarque dans votre classe et s'entend super bien avec ta BFF. Bientôt, elles rient ensemble comme deux vieilles amies. Tu te sens...
    - a. un peu inquiète.
    - b. jalouse, et tu crains que ton amie l'aime plus que toi.
    - c. jalouse: tout le monde préfère ta BFF à toi!
    - d. heureuse et tu t'amuses avec elles. Plus on est de fous, plus on rit!
  3. Tu planifies une soirée avec ta BFF. À la dernière minute, elle annule votre rencontre: son grand-père est malade. Puis tu apprends que des filles de la classe sont allées au cinéma ensemble. Tu...
    - a. es en colère: tu sais que ton amie s'est décommandée pour aller au cinéma et que cette histoire de grand-père est une invention.
    - b. t'inquiètes: a-t-elle menti et annulé votre rendez-vous parce qu'elle a reçu une offre plus intéressante?
    - c. n'en penses rien: tu sais qu'elle ne te mentirait jamais.
    - d. regrettes que tes camarades de classe ne t'aient pas proposé d'aller au cinéma avec elles: tu te serais décommandé auprès de ta BFF pour aller voir ce film avec elles.



4. Tu demandes à ta BFF de t'aider à faire ton devoir de maths. Que dira-t-elle ?

- a. Bien sûr!
- b. Oui, même si je déteste les maths!
- c. Laisse faire les maths: si on jouait à *Just Dance* plutôt ?
- d. T'es tellement nulle en maths!



5. Quand tu es avec ta BFF, tu te sens généralement...

- a. heureuse. C'est cool de faire des trucs ensemble!
- b. nerveuse. Elle peut être gentille une minute, puis méchante la minute d'après.
- c. excitée. Tu n'en reviens pas qu'une fille aussi populaire choisisse de se tenir avec toi!
- d. bien. C'est bon de passer du temps avec quelqu'un qui te connaît sous toutes tes coutures.

6. Te disputes-tu souvent avec ta BFF ?

- a. Jamais! On s'entend sur tout.
- b. Presque tous les jours. On est amies, on se dispute, on se boude, on se retrouve, on redevient amies, et ça recommence.
- c. Ça arrive, mais on se réconcilie habituellement sans problème.
- d. On ne se dispute pas vraiment, mais on se picosse beaucoup, comme un vieux couple.

7. À la cafétéria de l'école, tu aperçois ta BFF assise avec d'autres filles. Tu te diriges vers elles. Ta BFF va...

- a. te faire une place près d'elle.
- b. te faire un sourire, t'envoyer la main et poursuivre sa conversation avec les autres filles.
- c. te taquiner en faisant semblant qu'elle ne te connaît pas.
- d. attendre de voir si les autres filles t'invitent à t'asseoir avant de te saluer.



8. Quel trio de traits te rappelle le plus ta BFF?
- a. Contrôlante, possessive, affirmée.
  - b. Indépendante, énergique, ouverte d'esprit.
  - c. Timide, peu sûre d'elle, casanière.
  - d. Mûre, sûre d'elle et amicale.

## Pointage

- |                |                |                |
|----------------|----------------|----------------|
| 1. a4 b1 c3 d2 | 4. a4 b3 c2 d1 | 7. a4 b3 c2 d1 |
| 2. a3 b2 c1 d4 | 5. a4 b1 c2 d3 | 8. a1 b3 c2 d4 |
| 3. a2 b3 c4 d1 | 6. a4 b1 c3 d2 |                |

## Ton résultat...

**8 à 12: Peut-être que oui, peut-être que non.** Certains jours, votre amitié est solide. Mais d'autres jours, pas tant. Le temps est peut-être venu pour toi d'élargir ton cercle d'amies et de t'en faire d'autres dont le style et les valeurs te correspondent davantage.

**13 à 20: Presque, mais non.** Vous avez déjà été proches l'une de l'autre, mais depuis quelque temps, tu as l'impression que votre relation change. Ça ne vous empêche pas d'avoir encore beaucoup de plaisir ensemble, et tu prévois que ce ne sera qu'une mauvaise passe.

**21 à 32: De l'or en barre.** Tu as de la chance d'avoir une amie aussi précieuse, et tu le sais. Votre amitié est pure et solide.



# Connais-tu bien ta meilleure amie ?

~ Test bronze ~

Réponds à chacune des questions suivantes au sujet de ton amie. Demande-lui d'y répondre aussi à ton sujet pour découvrir votre QMA (quotient de meilleures amies)!

Qu'est-ce qu'elle préfère ?

1. Pantoufles ou Converse coupe haute ?
2. Country ou rock ?
3. Rose ou n'importe-quoi-sauf-rose ?
4. Soccer ou balle-molle ?
5. Salé ou sucré ?
6. Rayures ou carreaux ?
7. Échecs ou dames ?
8. Harry Potter ou Cedric Diggory ?
9. Chocolat chaud ou boisson gazeuse ?
10. Chats ou chiens ?
11. Bracelets à la tonne ou chapeaux rigolos ?
12. Une rose dans un petit vase tout simple ou un énorme bouquet multicolore ?
13. Télé-réalité ou série télé ?



14. Accessoires créés de ses mains ou accessoires mode achetés en magasin ?
15. Prendre des photos ou prendre la pose ?

## Pointage

Vérifiez vos réponses et accordez-vous un point pour chaque bonne réponse. La somme de vos deux scores détermine votre QMA.

### Votre résultat...

**0 à 7:** Vous connaissez-vous ?

**8 à 15:** Vous vous découvrez un peu plus chaque jour !

**16 à 25:** Vous lisez presque dans les pensées de l'autre.

**26 à 30:** Êtes-vous jumelles ?



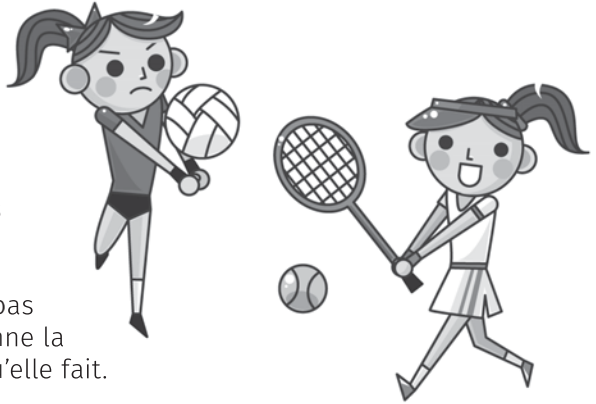
# Es-tu une amie loyale ?

1. Ton amie a commencé à pratiquer un sport que tu n'aimes pas. Elle veut quand même que tu fasses partie de l'équipe avec elle. Que fais-tu ?

**a.** Je l'essaie. Elle ne me l'aurait pas demandé si elle n'avait pas voulu que j'y sois.

**b.** Je refuse, mais j'assisterai à tous les matchs et je l'encouragerai !

**c.** Je refuse. Elle n'a pas besoin que je lui tiennne la main dans tout ce qu'elle fait.



2. Ton amie t'a confié un lourd secret. Que fais-tu ?

**a.** Je frise l'explosion jusqu'à ce que je puisse le dire aux autres.

**b.** Je le garde pour moi.

**c.** Je n'arrête pas de la taquiner à ce sujet. Elle sait que c'est pour rire.

3. Ton amie s'intéresse à un gars de la classe. Tu as entendu ce dernier se moquer d'elle. Que fais-tu ?

**a.** Je prends 1000 précautions pour le lui dire. Plus vite elle saura qu'il n'est pas intéressé, plus vite elle s'en remettra.

**b.** Je fais courir des rumeurs au sujet du garçon pour qu'il passe pour un imbécile.

**c.** Je laisse mon amie se manifester: ça pourrait être drôle.

4. L'une des filles cool de la classe s'est mise à embêter ton amie. Que fais-tu ?
- a. Je prends mes distances pour un bout de temps: je ne veux pas devenir une cible à mon tour!
  - b. Je dis à la fille de laisser mon amie tranquille.
  - c. Je me cache aux toilettes avec mon amie, pour éviter la fille.
5. Ton amie te demande de l'aider à tricher lors d'un test. Que fais-tu ?
- a. J'accepte, sinon elle ne me parlera plus jamais.
  - b. Je lui propose de l'aider à étudier. Elle verra peut-être qu'elle n'a pas besoin de tricher pour obtenir une bonne note.
  - c. Je lui dis que je suis désolée, mais que ni elle ni moi n'y gagnerions quelque chose.
6. Ton amie file un mauvais coton. Que fais-tu ?
- a. Je passe plus de temps avec elle: elle a besoin d'aide.
  - b. J'essaie de lui remonter le moral en l'invitant à faire des activités avec moi et d'autres filles. Elle ne sort pas assez.
  - c. Je l'évite, elle est tellement déprimante depuis quelque temps!
7. Au milieu d'une dispute, ton amie te dit un truc vraiment poche. Que fais-tu ?
- a. Je n'en fais pas un drame. Elle l'a dit dans le feu de la discussion, et je sais qu'elle n'en pense rien.
  - b. Je fais comme si ça ne s'était jamais produit, mais je ne vais pas l'oublier.
  - c. Je dis à tout le monde, à l'école, à quel point cette fille est un cauchemar. Je ne vois vraiment pas ce que je lui trouvais.
8. Tu as une nouvelle amie que tu aimes fréquenter, mais ta BFF ne l'aime pas trop. Que fais-tu ?
- a. Je laisse tomber la nouvelle amie.
  - b. Je laisse tomber ma BFF.
  - c. J'essaie de consacrer du temps à l'une et l'autre.



## Pointage

1. a3 b2 c1

4. a1 b3 c2

7. a3 b2 c1

2. a1 b3 c2

5. a1 b3 c2

8. a2 b1 c3

3. a3 b2 c1

6. a3 b2 c1

## Ton résultat...

**8 à 11: Pas fort, pas fort.** Tu as parfois du mal à décider quoi faire: épauler ton amie ou tenir compte de tes besoins et de ce que tu veux. C'est une question d'équilibre. Avec de l'entraînement, tu y arriveras.

**12 à 15: Kangourou.** Tu as tendance à sauter d'un centre d'intérêt à un autre. Il t'arrive d'être l'amie la plus loyale qui soit, pour ensuite partir de ton côté le lendemain. C'est peut-être parce que tu n'as pas encore créé de liens assez forts avec des gens qui méritent ta plus grande loyauté. C'est peut-être aussi parce que tu as besoin de temps pour devenir la meilleure version possible de toi.

**16 à 19: Soudées par le cœur.** La loyauté est une seconde nature chez toi. Tu n'aurais pas été un petit chien dans une autre vie?! Tes amies aiment ta constance, et comme autant de chiens fidèles, elles te suivront où tu iras.

**20 à 24: Wahou!** Dans un concours de loyauté, tu emporterais l'or. À tes yeux, soutenir tes amis et ta famille est plus important que tout le reste. Rappelle-toi cependant que la loyauté se gagne: tout le monde ne mérite pas la version de luxe. Garde ta loyauté pour ceux qui sont tout aussi sincères, gentils et loyaux envers toi.





# Avez-vous été séparées à la naissance ?

Aimes-tu les mêmes choses et penses-tu de la même manière que ta meilleure amie ? Ou êtes-vous la preuve vivante que les contraires s'attirent ? Pour le savoir, compte 1 (si tu n'aimes pas), 2 (pour les trucs bof...) ou 3 points (si tu adores) pour chacun des éléments suivants, puis invite ta BFF à faire de même.

1. Les licornes
2. Le brillant à lèvres à la framboise
3. Le bowling
4. De l'ananas sur la pizza
5. Dessiner des bédés
6. Shawn Mendes
7. Faire la grasse matinée
8. La réglisse noire
9. Harry Potter
10. Les chaussettes pas banales
11. Les plats épicés
12. Résoudre des problèmes
13. Faire la cuisine
14. Les films de peur
15. Les grenouilles
16. Courir dans les jeux d'eau
17. Les jeux de société
18. Placoter avec des amies pendant des heures
19. L'odeur du café
20. Les gars
21. Le camping
22. Les tresses
23. Jouer aux LEGO
24. Lire
25. Les jeux vidéo
26. Les singes capucins
27. Les crêpes au déjeuner
28. Danser
29. Les sushis
30. Les chaudes journées d'été

31. Les bibittes
32. Jouer au hockey
33. Les chapeaux rocambolesques
34. L'observation des oiseaux
35. Le bodysurfing
36. Tout ce qui touche aux espions
37. Le scrapbooking
38. Le soccer
39. Mettre tes plus beaux vêtements
40. Les jeux de lettres et de mots
41. Le noir et le mauve ensemble
42. Jouer la comédie
43. Les jokes idiotes
44. Les chasses au trésor
45. Des glaçons dans ton verre d'eau
46. Des t-shirts ornés de fausses pierres précieuses
47. Inventer des histoires puis les jouer
48. Un furet comme animal de compagnie
49. Le brocoli
50. Le magasinage





## Pointage

Additionnez toutes vos réponses pareilles. Multipliez la somme par deux: si vous avez 12 réponses pareilles, par exemple, donnez-vous un score de 24 ( $12 \times 2 = 24$ ).

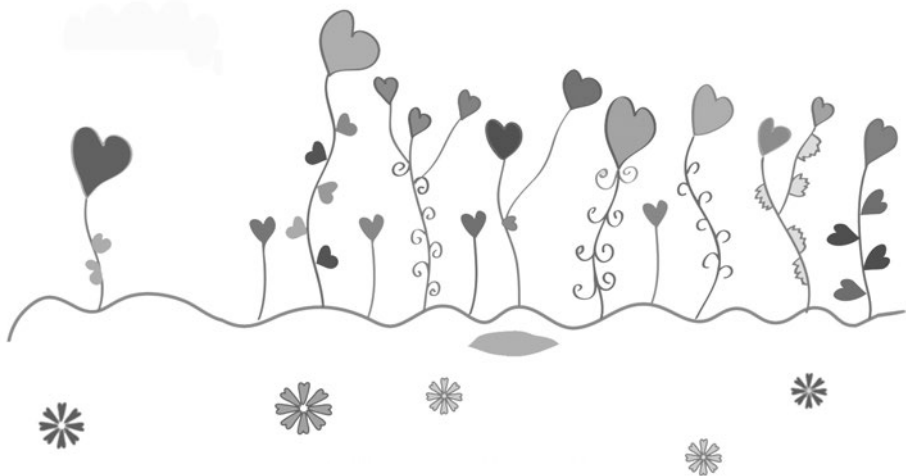
### Votre résultat...

**90 à 100: Comme deux gouttes d'eau.** Vous vous ressemblez tellement qu'on pourrait vous prendre pour des clones.

**50 à 88: Pareilles, pareilles.** Vous avez tant en commun... pas étonnant que vous soyez les meilleures amies du monde!

**20 à 48: Le jour et la nuit.** Avec vos différences respectives, vous vous complétez mutuellement. En fait, ces différences sont le secret de votre grande amitié.

**0 à 18: Les deux pôles.** Vous n'êtes d'accord que sur une chose, et une seule: vous adorez être amies!





# Saurais-tu choisir l'animal de compagnie rêvé pour ta meilleure amie?

1. Elle préfère les choses...
  - a. lustrées et aérodynamiques. > Va à la question 2.
  - b. mignonnes et douces. > Va à la question 3.
  - c. chic et glamour comme à Hollywood. > Va à la question 4.
  - d. funky. > Va à la question 5.
2. Elle aime les vêtements...
  - a. à motif de peau de serpent. > Va à la question 6.
  - b. à motif de léopard. > Va à la question 7.
  - c. de couleur unie. > Va à la question 20.
3. Elle risque plus de se décrire comme étant...
  - a. paresseuse. > Va à la question 12.
  - b. travaillante. > Va à la question 13.
4. Quel type de personne ta BFF est-elle?
  - a. Une fille d'action. > Va à la question 16.
  - b. Une observatrice. > Va à la question 17.
5. Ta BFF préfère...
  - a. l'odeur du danger. > Va à la question 18.
  - b. prendre des précautions. > Va à la question 19.
6. Sa philosophie est...
  - a. Qui ne risque rien n'a rien. > Va à la question 9.
  - b. L'abondance dans la simplicité. > Va à la question 10.
7. Sa devise est...
  - a. Qu'est-ce qu'on attend? > Va à la question 8.
  - b. Relaxe! > Va à la question 11.

8. C'est le genre de fille qui...
- a. veut voyager dans des contrées exotiques. > Son animal de compagnie rêvé est un ZÈBRE.
  - b. aime le confort de son foyer. > Son animal de compagnie rêvé est un GRAND DANOIS.
9. Est-elle plutôt montagne ou plutôt plage?
- a. Plutôt montagne. > Son animal de compagnie rêvé est un PYTHON.
  - b. Plutôt plage. > Son animal de compagnie rêvé est une BALEINE.
10. Ta BFF est-elle carnivore ou végétarienne?
- a. Carnivore. > Son animal de compagnie rêvé est un PYTHON.
  - b. Végétarienne. > Son animal de compagnie rêvé est un IGUANE.
11. Laquelle des phrases suivantes pourrait sortir de sa bouche?
- a. J'aime les belles choses. > Son animal de compagnie rêvé est un POISSON TROPICAL.
  - b. J'aime les choses pratiques. > Son animal de compagnie rêvé est un CHAT SIAMOIS.
  - c. J'aime les choses bizarres. > Son animal de compagnie rêvé est un FURET.
12. Vrai ou faux: ton amie a le nez fin.
- a. Vrai. > Son animal de compagnie rêvé est un CHAT TIGRÉ.
  - b. Faux. > Son animal de compagnie rêvé est un HAMSTER.
13. Vrai ou faux: ton amie adore être le centre de l'attention.
- a. Vrai. > Va à la question 14.
  - b. Faux. > Va à la question 15.
14. Elle préfère...
- a. les grands espaces. > Son animal de compagnie rêvé est un LAMA.
  - b. le canapé dans sa chambre. > Son animal de compagnie rêvé est un FURET.



15. Qu'est-ce qu'elle préfère?

a. Donner des câlins. > Son animal de compagnie rêvé est un YORKSHIRE-TERRIER.

b. Recevoir des câlins. > Son animal de compagnie rêvé est un LABRADOR.

16. Qu'est-ce que ta BFF aimerait mieux porter?

a. Des couleurs éblouissantes. > Son animal de compagnie rêvé est un PERROQUET.

b. Du rose. > Son animal de compagnie rêvé est un CHIHUAHUA MINIATURE.



17. Ta BFF...

a. carbure au changement. > Son animal de compagnie rêvé est un CAMÉLÉON.

b. préfère la stabilité. > Son animal de compagnie rêvé est un POISSON ROUGE.

18. Ta BFF...

a. aime s'obstiner. > Son animal de compagnie rêvé est un POISSON COMBATTANT.

b. ne s'obstine jamais parce qu'elle a toujours raison! > Son animal de compagnie rêvé est un SERPENT-ROI.

19. Ta BFF...

a. adore se dorer au soleil. > Son animal de compagnie rêvé est une TORTUE.

b. préfère les longues soirées fraîches aux journées chaudes. > Son animal de compagnie rêvé est un BERNARD-L'ERMITE.

20. Ta BFF aime...

a. les trucs brillants et le mouvement. > Son animal de compagnie rêvé est un POISSON ROUGE.

b. le côté sombre de toute chose. > Son animal de compagnie rêvé est un BERNARD-L'ERMITE.



## Ce que chaque animal de compagnie révèle de ton amie...

**Baleine.** Elle est très sociable. Elle aime être le gros poisson dans un petit étang. Il lui arrive de parler sans réfléchir et de lancer des idées complètement folles. C'est une musicienne née.

**Bernard-l'ermite.** Elle aime redécorer sa chambre fréquemment. Assez casanière, elle préfère qu'on la laisse tranquille. Elle a tendance à se montrer grincheuse, même quand ça vient de sa BFF.

**Caméléon.** Elle a une personnalité colorée et la langue trop bien pendue. Elle peut avoir des sautes d'humeur... et elle devrait changer de chaussettes plus souvent.

**Chat siamois.** Elle a des goûts luxueux. Elle aime les tricots, la boxe thaïe et le mot « moi ». Quand elle est de mauvais poil, tout le monde le sait. Quand elle est heureuse, en revanche, elle est chaleureuse et généreuse comme pas une.

**Chat tigré.** Tout le monde l'aime. Si seulement les gens savaient qu'elle cherche toujours un moyen d'amener les autres à lui rendre service! Elle s'amuse d'un rien, elle est très affectueuse, mais elle n'hésite pas à s'en prendre à ceux qui blessent ses amis.

**Chihuahua miniature.** Elle aime les bijoux. Elle est très fille. Elle aboie plus souvent qu'elle ne mord. Elle aime agacer les gens, mais ce n'est jamais méchant.

**Furet.** Son jouet préféré est un Slinky. Elle aime aller au fond des choses. Elle excelle d'ailleurs à déterrer les secrets et ferait une bonne espionne.



**Grand danois.** Elle déborde d'enthousiasme. C'est une grande gueule, mais même si elle aboie fort, elle ne ferait pas de mal à une mouche. Elle a tendance à baver dans son sommeil.

**Hamster.** Elle aime se tenir occupée. Elle a un talent naturel pour la gymnastique et adore les grignotines. Elle est plus brillante qu'elle en a l'air.

**Iguane.** C'est une personne qui aime la précision. Elle a tendance à avoir la peau sèche. Ne te laisse pas impressionner par son côté parfois hérissé: c'est une amie loyale, au cœur tendre.

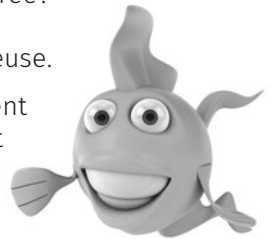
**Labrador.** Elle a bon caractère et tout le monde aime sa compagnie. Rien ne la décourage. Elle aime les sports de balle. Dans les travaux en équipe, elle excelle à trouver de l'information.

**Lama.** Ton amie est tout sauf banale! Elle fait les choses à sa manière, et avec elle, tu peux toujours t'attendre à des imprévus. Donne-lui beaucoup d'espace. Elle adore la laitue et les légumes verts en général.

**Perroquet.** Ta BFF est allumée, pas gênée et bavarde. Elle a un œil imparable pour les détails. C'est une très bonne imitatrice, mais ça lui vient peut-être de son habitude à s'admirer dans le miroir. Elle adore les craquelins et a tendance à se répéter.

**Poisson combattant.** Les gens qui ne la connaissent pas bien peuvent la trouver un peu plate, mais toi, tu sais qu'elle ne l'est pas. Sous la surface, elle est complètement givrée! Elle n'hésite pas à se battre pour défendre ses convictions. Elle est très compétitive et ambitieuse.

**Poisson rouge.** Elle prend la vie comme elle vient et considère que, comme dans un manège, tout finit toujours par revenir. C'est une romantique qui aime briller, même quand elle est seule.



Elle est capable de fixer les gens jusqu'à ce qu'ils soient mal à l'aise.

**Poisson tropical.** Elle peut être capricieuse: il faut s'occuper d'elle! Elle sait cependant hypnotiser son entourage par son charme et sa grâce. Elle adore la noix de coco.

**Python.** Ta BFF est très affectueuse, patiente et déterminée. Quand elle boude, elle a tendance à se rouler en boule dans sa chambre. Elle songe à courir le marathon un jour, mais pourrait finalement se contenter d'une longue sieste.

**Serpent-roi.** Elle peut sembler féroce aux yeux de ceux qui ne la connaissent pas, mais au fond, elle est plutôt farouche. Elle parle peu, mais elle peut décocher une pointe à toute personne qui l'énerve! Elle s'organise très bien toute seule et adore donner des câlins.

**Tortue.** C'est la personne la plus fiable qui soit. Elle ne te laissera jamais tomber. N'attends pas d'elle qu'elle suive le troupeau. Elle ne se presse pas et aime prendre le temps de réfléchir avant de choisir.

**Yorkshire-terrier.** Elle a une magnifique chevelure. C'est une personnalité enjouée qui a un penchant pour la ville. Si tu veux la rendre de bonne humeur, propose-lui d'aller magasiner. New York est sa ville préférée. Elle a un côté très british, ma chère.

**Zèbre.** C'est indéniablement une originale. Elle aime les potins et commence souvent une conversation en disant: «As-tu entendu la dernière?» Elle aimerait parfois se fondre dans la foule, mais elle est née pour se distinguer, et elle y parvient très bien!



# Timide ou sociable ?

Fais ce test avec ton amie pour savoir laquelle de vous deux est la plus sociable. Répondez *toujours*, *parfois* ou *jamais* à chaque question.

1. À une soirée, quand tu vois quelqu'un que tu ne connais pas, tu vas te présenter.
2. La présence des adultes t'intimide.
3. Tu préfères te retrouver seule plutôt qu'être au milieu d'une foule bruyante.
4. Tu te sens anxieuse quand tu passes trop de temps seule.
5. Tu aimes te retrouver dans le feu de l'action.
6. Tu as beaucoup d'amis.
7. Tu t'entends facilement avec les gens.
8. Tu ne perds pas tes moyens dans un endroit bondé.
9. Dans un groupe, tu préfères regarder et écouter plutôt qu'animer la conversation.
10. Selon toi, les vieilles amies sont les meilleures.
11. L'idée de prendre la parole en public te fait grimacer.
12. Quand tu rencontres quelqu'un pour la première fois, tu lui poses beaucoup de questions pour en savoir plus à son sujet.
13. Tu es une conteuse hors pair.
14. Tu as une bonne écoute.
15. Tu te préoccupes beaucoup de ce que les autres pensent de toi.





16. À l'école, tout le monde sait qui tu es.
17. Tu aimes les activités en solo: lire, regarder la télé, bricoler.
18. Tu ne sais jamais quoi dire à des gens que tu ne connais pas beaucoup.
19. Tu aimes les sports d'équipe.
20. Tu connais le nom de tous tes camarades de classe, tu sais ce qu'ils aiment et tu connais leurs talents.

## Pointage

Additionnez vos scores séparément, puis comparez-les.

- |     |             |           |           |
|-----|-------------|-----------|-----------|
| 1.  | Toujours 10 | Parfois 5 | Jamais 0  |
| 2.  | Toujours 0  | Parfois 5 | Jamais 10 |
| 3.  | Toujours 0  | Parfois 5 | Jamais 10 |
| 4.  | Toujours 10 | Parfois 5 | Jamais 0  |
| 5.  | Toujours 10 | Parfois 5 | Jamais 0  |
| 6.  | Toujours 10 | Parfois 5 | Jamais 0  |
| 7.  | Toujours 10 | Parfois 5 | Jamais 0  |
| 8.  | Toujours 0  | Parfois 5 | Jamais 10 |
| 9.  | Toujours 0  | Parfois 5 | Jamais 10 |
| 10. | Toujours 0  | Parfois 5 | Jamais 10 |
| 11. | Toujours 0  | Parfois 5 | Jamais 10 |
| 12. | Toujours 10 | Parfois 5 | Jamais 0  |
| 13. | Toujours 10 | Parfois 5 | Jamais 0  |
| 14. | Toujours 0  | Parfois 5 | Jamais 10 |
| 15. | Toujours 0  | Parfois 5 | Jamais 10 |
| 16. | Toujours 10 | Parfois 5 | Jamais 0  |
| 17. | Toujours 0  | Parfois 5 | Jamais 10 |
| 18. | Toujours 0  | Parfois 5 | Jamais 10 |
| 19. | Toujours 10 | Parfois 5 | Jamais 0  |
| 20. | Toujours 10 | Parfois 5 | Jamais 0  |



## Vos résultats...

**Proches avec un score faible.** Vous êtes sans doute la paire la plus tranquille de toute l'école, et vous vous entendez à merveille dans votre petit monde.

**Proches avec un score élevé.** Vous êtes sans doute le duo incontournable de l'école: féroce­ment loyales l'une envers l'autre, vous comptez tout de même un large réseau d'amis aux intérêts variés.

**Deux scores très différents.** Celle qui a obtenu le score le plus élevé est la plus sociable, celle qui encourage l'autre à tenter de nouvelles expériences. En retour, la plus timide des deux sait apaiser et écouter l'autre quand l'action tourne au drame.





# Es-tu une princesse, une comédienne ou une cascadeuse?

Quel est ton profil? Et quel est celui de ta BFF?  
Faites le test ensemble et comparez.

1. Tu es dans un arbre. Comment t'es-tu ramassée là?
  - a. C'est une maison. J'ai grimpé l'échelle.
  - b. J'ai secouru un chaton.
  - c. J'ai grimpé, bien sûr. C'est à ça que servent les arbres!
2. Tu portes une robe. Décris-la.
  - a. Elle est rose avec des rubans et de la dentelle partout.
  - b. Rouge. Avec des paillettes.
  - c. Aucune idée. C'est ma mère qui l'a choisie.
3. Que préfères-tu?
  - a. Jouer au basket dans l'entrée de garage.
  - b. Enregistrer les premières scènes de mon nouveau vidéoclip. C'est moi la vedette!
  - c. Faire des biscuits.
4. Au retour de l'école, tu as glissé dans une flaque de boue. Que fais-tu?
  - a. Je pleure. J'ai sali mon beau manteau neuf!
  - b. Je commence une bataille dans la boue avec les copines.
  - c. Je hurle: je me suis cassé un ongle!
5. Tu fais du ski avec tes amis. Tout le monde dit que la côte est très rapide et dangereuse aujourd'hui. Que fais-tu?
  - a. Je mets mes skis et j'y vais!
  - b. Je décide de faire des anges et des bonshommes de neige.
  - c. Je fais une scène en me demandant ce que je devrais faire.



6. En camping avec ta famille, que fais-tu ?
- Je cherche un endroit pour me faire bronzer dans mon nouveau bikini.
  - Je vais pêcher!
  - J'ai apporté mon matelas gonflable et mon fer à friser sans fil, et je fais ce que je peux.
7. Tu es coincée à l'intérieur par une journée de pluie. Que préfères-tu faire ?
- Jouer aux LEGO.
  - Jouer avec mon jeu d'artisanat sur le thème des animaux.
  - Préparer des potions « magiques » de mon cru.
8. Il fait beau ! Que souhaites-tu faire ?
- Des images cool à la craie sur le trottoir.
  - Du vélo. À toute vitesse.
  - De la corde à danser.
9. Qu'est-ce qui t'attire le plus ?
- Un biscuit géant aux brisures de chocolat.
  - Un sundae décadent avec plein de garnitures.
  - De mignons cupcakes miniatures.
10. Comment préfères-tu tes cheveux ?
- Noués derrière la tête.
  - Courts et simples.
  - Jamais pareils, mais toujours longs.



## Pointage

- a1 b2 c3
- a1 b2 c3
- a3 b2 c1
- a1 b3 c2

- a3 b1 c2
- a2 b3 c1
- a3 b1 c2
- a2 b3 c1

- a3 b2 c1
- a1 b3 c2

## Ton résultat...

**10 à 16: Princesse.** Tu adores tout ce qui est mignon, doux et rose. Cependant, ton penchant pour les trucs mimi ne fait pas de toi une mauviette: tu ne laisses personne se moquer de toi ni te dire quoi faire!

**17 à 23: Comédienne.** Tu aimes les frissons de joie et le glamour, la gloire et l'excitation. Tu sais transformer des activités banales en aventures: même choisir un film ou ce que tu porteras aujourd'hui. Tout ce qui brille et scintille t'attire, et tu adores les grandes histoires d'amour et les gestes héroïques.

**24 à 30: Cascadeuse.** Tu débordes d'énergie et rien ne t'énerve plus que les gens qui pensent que les sports, les vêtements infroissables et les expériences à la dure sont l'affaire des gars. Tu sais qu'il n'en est rien: les filles peuvent tout faire!



# Connais-tu bien ta meilleure amie?

~ Test argent ~

Réponds à chacune des questions suivantes au sujet de ton amie.  
Demande-lui d'y répondre aussi à ton sujet.

Que préfère-t-elle?

1. Beigne ou cupcake?
2. Patins de hockey ou patins artistiques?
3. Dessiner des paysages ou des dragons?
4. Les animaux drôles comme les grenouilles,  
ou doux comme les poussins et les lapins?
5. Bleuets ou bananes?
6. Bagues ou bracelets?
7. Maths ou français?
8. Argent ou or?
9. Regarder une vidéo ou écouter de la musique?
10. Ongles vernis ou naturels?
11. Cheveux bouclés ou lisses?
12. Jeans moulants ou pantalons mous et amples?
13. Lire le livre ou attendre la sortie du film?
14. Mitaines ou gants?
15. Crayon à mine ou stylo?



## Pointage

Additionnez vos deux scores de bonnes réponses: le total vous donne votre QMA!

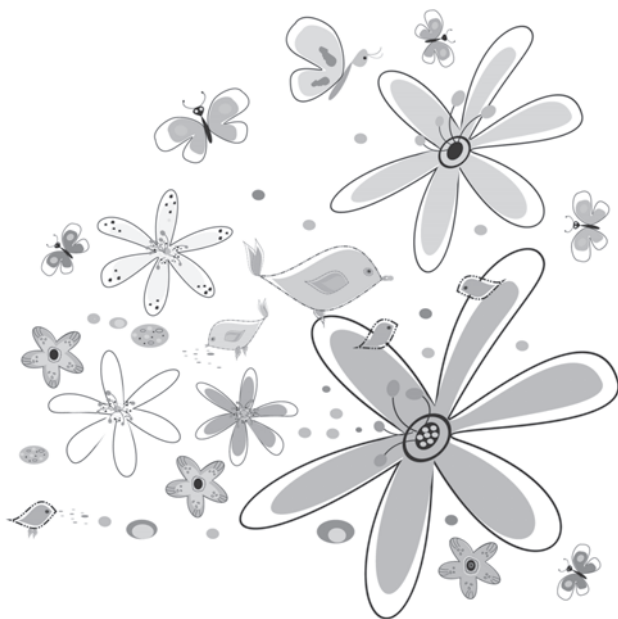
### Vos résultats...

**0 à 5:** Vous devriez faire connaissance. En personne.

**6 à 12:** Vous vous réchauffez. Continuez à vous parler!

**13 à 24:** Pouvez-vous lire les vous-savez-quoi de l'autre? Vite, à quoi pense-t-elle maintenant?

**25 à 30:** Vous savez tout de l'autre. TOUT!



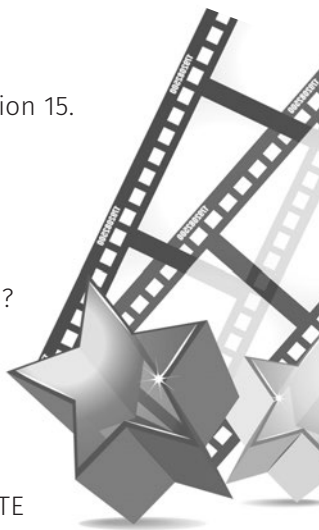
# Quelle est la vocation de ta BFF?

1. Que préfère ton amie?
  - a. Travailler seule. > Va à la question 2.
  - b. Travailler avec d'autres personnes. > Va à la question 3.
2. Ton amie est plus attirée vers...
  - a. les maths et les sciences. > Va à la question 4.
  - b. les arts. > Va à la question 5.
3. Lequel des deux scénarios préfère-t-elle?
  - a. Aider les gens. > Va à la question 8.
  - b. Montrer la voie à suivre. > Va à la question 11.
4. Ton amie...
  - a. adore les idées nouvelles. > Va à la question 6.
  - b. adore les animaux. > Va à la question 7.
5. Ton amie s'intéresse...
  - a. aux formes et aux couleurs. > Va à la question 17.
  - b. aux mots et à la musique. > Va à la question 18.
6. Ton amie...
  - a. est audacieuse. > Va à la question 19.
  - b. aime l'ordre et la stabilité. > Va à la question 20.
7. Ton amie adore...
  - a. les animaux sauvages. > Elle est née pour être GARDE FORESTIÈRE.
  - b. les animaux de compagnie. > Elle est née pour être VÉTÉRINAIRE.
8. Qu'est-ce qui décrit le mieux ton amie?
  - a. Les faits, seulement les faits. > Va à la question 9.
  - b. Qu'est-ce que tu ressens? > Va à la question 10.

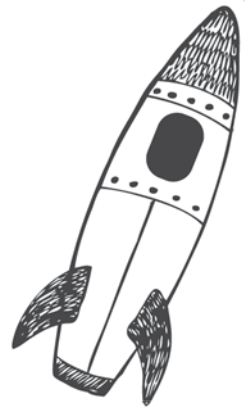
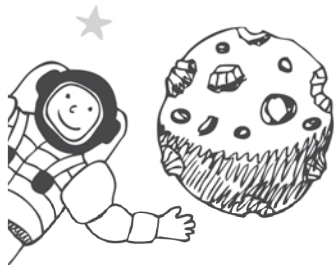




9. Qu'est-ce qui risque le plus de sortir de la bouche de ton amie ?
- a. «Alors, tout le monde est d'accord?» > Elle est née pour être AVOCATE.
  - b. «As-tu entendu la nouvelle à propos de...?» > Elle est née pour être JOURNALISTE.
  - c. «Je vais t'expliquer...» > Elle est née pour être ENSEIGNANTE.
10. Quelle qualité décrit le mieux ton amie ?
- a. Persuasive. > Elle est née pour être REPRÉSENTANTE COMMERCIALE.
  - b. Enthousiaste. > Elle est née pour être ENSEIGNANTE.
  - c. Attentionnée. > Elle est née pour être PSYCHOLOGUE.
11. Ton amie est douée pour...
- a. organiser les choses. > Va à la question 12.
  - b. créer des choses. > Va à la question 13.
12. Ton amie veut surtout...
- a. changer le monde. > Va à la question 14.
  - b. atteindre un but personnel. > Va à la question 15.
13. Ton amie préfère...
- a. occuper le devant de la scène et se faire remarquer. > Elle est née pour être ACTRICE.
  - b. travailler en coulisse. > Va à la question 16.
14. Qu'est-ce qui correspond le mieux à ton amie ?
- a. Elle aime diriger les opérations. > Elle est née pour être POLITICIENNE.
  - b. Elle aime préserver la bonne entente. > Elle est née pour être DIPLOMATE.
15. Qu'est-ce qui l'attire le plus ?
- a. La célébrité. > Elle est née pour être ATHLÈTE PROFESSIONNELLE.
  - b. L'argent. > Elle est née pour être CHEF D'ENTREPRISE.



16. Qu'est-ce qui ressemble le plus à ce que dirait ton amie?  
a. «J'ai trouvé une super idée pour une histoire.» > Elle est née pour être PRODUCTRICE TÉLÉ.  
b. «Le linge et la mode, c'est top!» > Elle est née pour être DESIGNER DE MODE.
17. Ton amie préfère...  
a. dessiner. > Elle est née pour être une ARTISTE.  
b. faire des sculptures. > Elle est née pour être ARCHITECTE.
18. Ton amie préfère...  
a. chanter. > Elle est née pour être MUSICIENNE.  
b. raconter des histoires. > Elle est née pour être ÉCRIVAINNE.
19. Ton amie...  
a. aime fabriquer des choses. > Elle est née pour être ARCHITECTE.  
b. aime découvrir des choses. > Va à la question 21.
20. Ton amie aime...  
a. résoudre des problèmes complexes. > Elle est née pour être INFORMATICIENNE.  
b. s'assurer que tout et tout le monde balance. > Elle est née pour être COMPTABLE.
21. Ton amie s'intéresse particulièrement à...  
a. l'infiniment grand. > Elle est née pour être ASTRONAUTE.  
b. l'infiniment petit. > Elle est née pour être CHERCHEUSE.



## Ce que chaque choix de carrière reflète de ton amie...

**Actrice.** Elle a tellement de style! Elle est faite pour les tapis rouges et les trophées! Ses films préférés? Les vidéos maison d'elle quand elle était bébé! Sa chanson préférée? «Et moi et moi et moi.» Sa meilleure amie au monde? Toi, ma chérie.

**Architecte.** On peut penser qu'elle a la tête dans les nuages, mais elle est très terre à terre. Son cerveau est la matière première de sa réussite à venir.

**Artiste.** Elle sait que la vie n'est pas un long fleuve tranquille. C'est un fleuve tout bleu au creux d'une vallée verdoyante arrosée par de gros nuages de pluie gris foncé. Même si elle ne voit pas toujours tout en rose, elle sait mettre du punch et de la joie dans la vie de ses amies.



**Astronaute.** Ton amie vise vraiment les étoiles. Elle est très brillante et sa bonne humeur rayonne sur son entourage.

**Athlète professionnelle.** C'est une bûcheuse aux nerfs d'acier, déterminée. Elle a du mal à tenir en place et ses mots préférés sont «médaille d'or». Elle aime les barres tendres et les laits frappés, mais pas forcément dans cet ordre. Sa devise: «Les gentilles filles arrivent premières!»

**Avocate.** Elle aime parler et argumenter. C'est normal, puisqu'elle sait qu'elle a toujours raison! Peu sorteuse, elle préfère écouter l'après-midi dans la cour ou dans sa chambre plutôt que de poursuivre des projets vagues. Loyale envers ses proches, elle n'hésiterait pas à prendre ta défense et à faire la preuve de l'amitié qu'elle te porte.

**Chef d'entreprise.** Elle adore prendre les choses en main. Et pourquoi pas? Ça lui réussit très bien!

**Chercheuse.** Son intelligence et son talent lui permettraient de devenir une scientifique démoniaque. Heureusement, elle préfère aider les gens à conquérir le monde et en faire son royaume personnel. C'est aussi une bonne chose que le sarrau de laboratoire et les lunettes protectrices lui aillent si bien.

**Comptable.** Elle sait qu'elle peut compter sur ton amitié et ta loyauté. Elle raffole des haricots. Elle ne manquera pas d'argent.

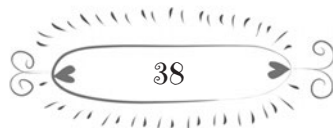
**Designer de mode.** Elle a un goût infaillible et attire toujours les regards sur son passage. Elle peut parfois avoir tendance à couper la parole, mais n'hésite pas à recoudre les morceaux quand il le faut. Elle a l'étoffe pour réussir. Son plat préféré? La pomme de terre en robe des champs!

**Diplomate.** Elle aime apprendre à connaître des gens et peut trouver ce qu'il y a de bon en chacun. Les gens suivent ses conseils et se trouvent bien auprès d'elle. Elle est douce et bonne. Elle a dû être un golden retriever dans une vie antérieure.

**Écrivaine.** Inutile de te raconter des histoires: laisse ça à ton amie. Jamais à court de mots, elle adore les intrigues qui se déroulent dans les couloirs de l'école et a toujours une bonne anecdote dans sa manche. Elle adore recevoir des lettres, broder, pelleter. Le prochain chapitre de sa vie promet d'être excitant, et tu risques d'y tenir un rôle.

**Enseignante.** Certaines personnes lui trouvent un côté p'tit Jos connaissant, mais elle n'y peut rien: elle s'y connaît vraiment dans plein de choses. Elle est allumée et gentille, et elle ne demande pas mieux que de partager ses connaissances avec ses amis. Elle a beaucoup de classe.

**Garde forestière.** Elle a un petit côté sauvage. Elle aime la nature et le vert. Elle s'inquiète parfois de l'état de notre planète. Elle aime prendre soin des choses et ne se perd jamais en forêt.



**Informaticienne.** Elle raffole des maths, des sciences et des chiffres 1 et 0. Elle adore déchiffrer des codes et faire des casse-tête en tous genres. Elle rêve de devenir espionne.

**Journaliste.** Elle s'intéresse toujours à ce que les gens ont à dire. Elle a une très bonne écoute et réussit toujours à lire entre les lignes. En revanche, elle a bien du mal à garder un secret.

**Musicienne.** Elle ne s'en fait pas pour l'avenir. Ce qui l'intéresse, c'est l'instant présent. À l'école, elle n'a aucun mal à obtenir de bonnes notes. Elle ne détonne nulle part.



**Politicienne.** Elle a de grandes idées. Elle sait comment convaincre les gens de faire des choses auxquelles ils n'auraient même pas pensé. Tout le monde l'aime. Elle a un lourd secret. Elle votera toujours pour toi au titre de la meilleure amie du monde.

**Productrice télé.** Elle aime monter des projets et divertir les gens, mais elle préfère travailler dans l'ombre. Elle est très organisée et très créative: deux qualités qui ont la cote. Son expression préférée? « À quelle heure le punch? »

**Psychologue.** Elle est très compréhensive et les gens aiment se confier à elle. Elle a un penchant pour les divans. Sa question préférée? « Qu'est-ce que ça te fait? » Sa carrière de rêve? Analyser les rêves.

**Représentante commerciale.** C'est une excellente communicatrice qui ne manque pas d'enthousiasme. Elle aime mettre les gens en contact et expliquer le fonctionnement des choses. Elle est très serviable. Elle adore faire de la voile et courir les ventes-débaras.

**Vétérinaire.** Elle a du chien et ne démord jamais de ses bonnes idées. Les préjugés la rendent énervée comme une chèvre. C'est une fine mouche, drôle comme un singe et une amie fidèle.





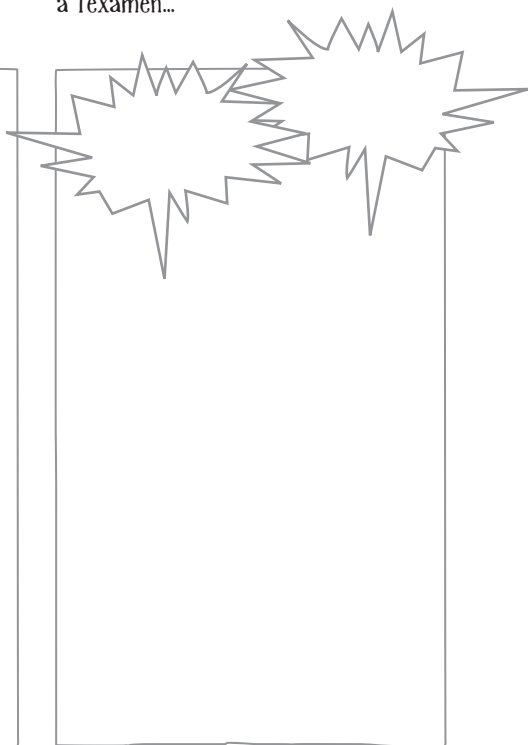
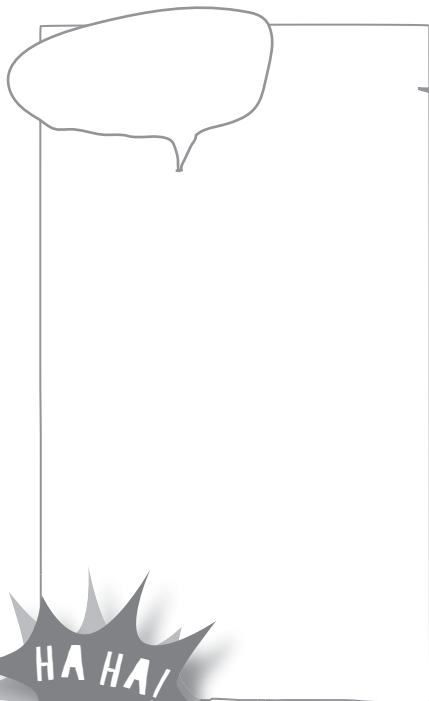
# BD de BFF

Cette amitié est sans pareille : ça vaut la peine de l'immortaliser dans quelques dessins rigolos. Dessine-toi et ton amie dans chacune des cases ci-dessous. N'oublie pas d'ajouter des répliques dans des phylactères et des effets sonores.

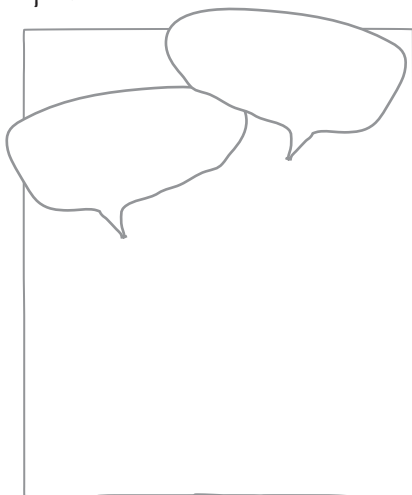
Voici quelques idées pour te lancer.

Quand on mange notre friandise préférée.

Aujourd'hui, quand on a eu notre note à l'examen...



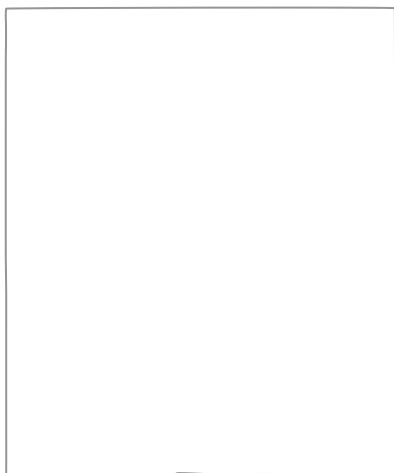
On a joué au/à \_\_\_\_\_  
après l'école.



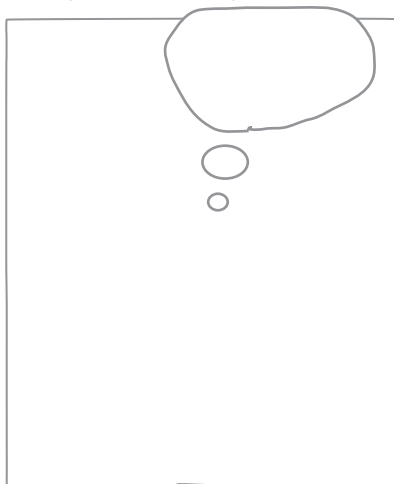
La fois où j'ai eu besoin d'un sac en  
papier brun :



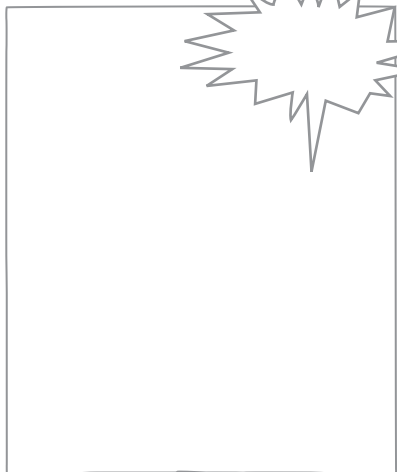
Puis on s'est raconté nos rêves d'avenir.



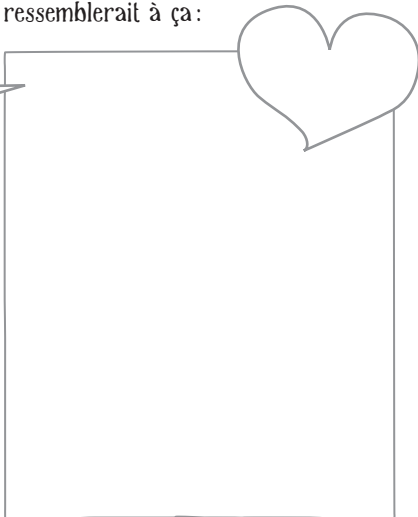
Aaaarghh! Un bouton géant!!!



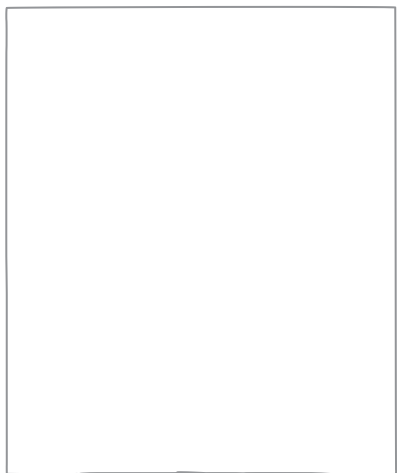
Si \_\_\_\_\_  
était une extraterrestre :



Si on était notre animal préféré, on  
ressemblerait à ça :



Nos vêtements préférés :



Souvenir de notre dernier/dernière \_\_\_\_\_ :





# En quoi vous déguiserez-vous pour l'Halloween?

1. Journée pédagogique! Toi et ton amie décidez de passer la journée à...
  - a. magasiner un nouveau quelque chose à mettre.
  - b. ne rien faire avec intensité.
  - c. vivre des aventures... comme une partie de laser tag.
  - d. énumérer des idées pour un roman illustré.
2. Vous vous partagez une collation. Ce sera...
  - a. des craquelins en forme d'animaux.
  - b. des noix mélangées.
  - c. de jolis cupcakes.
  - d. des nachos super épicés.
3. Quel est votre manège préféré au parc d'attractions?
  - a. Les tasses.
  - b. Les glissades d'eau.
  - c. Les montagnes russes.
  - d. Les balançoires.



4. Les gens disent que vous êtes...
- a. complètement folles.
  - b. toujours en route vers quelque part.
  - c. celles avec qui on a envie d'être.
  - d. des rêveuses.
5. À quel projet scolaire aimeriez-vous travailler ensemble?
- a. Une chorégraphie pour le cours d'éducation physique.
  - b. Une maquette d'une scène d'un conte de fées.
  - c. Un dialogue humoristique pour le cours de théâtre.
  - d. Une reconstitution d'un château médiéval à partir de matières recyclables.



6. Comment vous décririez-vous?
- a. On fait plus vieux que notre âge.
  - b. Joyeusement immatures!
  - c. Typiquement de notre âge, point.
  - d. Mauves.

7. Quel titre de chanson décrit le mieux votre amitié ?
- a. « You and Me Together »
  - b. « Girls Just Want to Have Fun »
  - c. « Hakuna Matata »
  - d. « Différents »
8. Quel jeu ressemble le plus à votre amitié ?
- a. Les échecs: intelligence et compétition.
  - b. Mouse Trap: drôle et niais.
  - c. La tag: mouvementé et excitant.
  - d. Le soccer: esprit d'équipe.
9. Tu as gagné deux billets gratuits pour n'importe quelle destination dans le monde. Où irez-vous, toi et ton amie ?
- a. Visiter des châteaux en France.
  - b. En safari.
  - c. À Disney World.
  - d. À New York ou Paris.
10. Quel type de films ton amie et toi choisissez-vous habituellement de voir ?
- a. Une comédie romantique.
  - b. N'importe quoi en version animée.
  - c. Une comédie.
  - d. Un suspense.



## Pointage

- |                  |                  |                   |
|------------------|------------------|-------------------|
| 1. a0 b5 c15 d10 | 5. a5 b0 c15 d10 | 9. a0 b15 c5 d10  |
| 2. a10 b5 c0 d15 | 6. a15 b0 c5 d10 | 10. a0 b5 c10 d15 |
| 3. a0 b10 c15 d5 | 7. a0 b10 c5 d15 |                   |
| 4. a10 b15 c5 d0 | 8. a15 b0 c5 d10 |                   |

## Voici qui vous devriez être...

**0 à 20: Cendrillon et sa fée marraine.** Vous méritez le traitement royal, non ? Alors, habillez-vous comme ces inséparables du conte et recevez les compliments de vos admirateurs.

**25 à 50: Shrek et l'Âne.** Vous faites toute une paire. Déployez votre humour cinglé en vous costumant de manière à faire rire... et braire !



**55 à 75: Chips et ketchup.** Votre amitié repose sur le plaisir et... la bouffe? Ce duo loufoque vous vaudra beaucoup de sourires et un sac de bonbons bien rempli.

**80 à 100: Betty et Véronica.** Vous savez comment utiliser votre imagination pour vous amuser, alors pourquoi ne pas vous confectionner un costume qui l'exprime? Vous ferez un malheur costumées comme ces deux célèbres personnages.

**105 à 125: Aurélie Laflamme et Kat.** Vous réalisez toutes sortes d'exploits et vous vousentraidez quand il le faut. L'heure est venue de mettre votre imagination en marche et de concevoir un costume pour empocher le plus de bonbons possible. N'oubliez pas de vous filmer!

**130 et +: Katniss et Rue.** Puisque vous vivez pour l'aventure, ces deux costumes sont pour vous. À vous deux, vous pouvez battre le Capitole et mettre la main sur un maximum de bonbons à rapporter dans les districts.





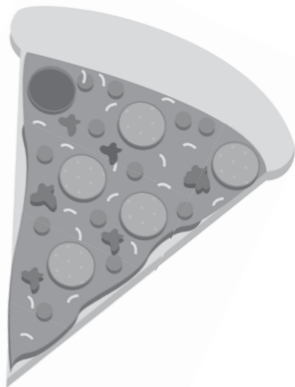
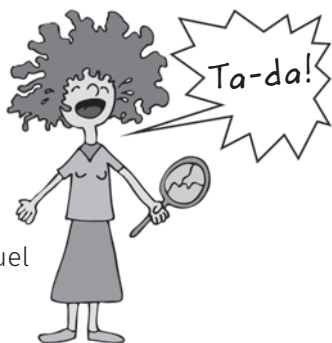
# Amies ou «enamies»?



Découvrons le fond de l'histoire de votre amitié.

1. Tu cherches un cadeau pour l'anniversaire de ta BFF. Tu choisis...
  - a. une super belle camisole dans ta taille et exactement de la couleur de tes yeux.
  - b. une manu-pédi pour vous deux: vous allez bien vous amuser!
  - c. le bracelet à breloques dont elle te parle depuis trois mois et pour lequel elle met de l'argent de côté.
2. À l'heure du dîner, tu trouves ta BFF assise avec deux filles. Tu...
  - a. es sûre qu'elle leur raconte que tu fais pipi au lit quand tu couches chez elle, même si ça ne s'est produit qu'une fois. Et que tu avais quatre ans. Et qu'elle avait mis ta main dans un bol d'eau tiède.
  - b. as peur, tout à coup, qu'elles te la volent.
  - c. te joins à elles: tu aimes les nouvelles rencontres.
3. Une fille de ta classe vient de te dire «Salut». Qu'est-ce que ça voulait dire?
  - a. Elle t'aime bien.
  - b. Elle te déteste.
  - c. Ta BFF lui a dit qu'elle pouvait copier sur toi lors de votre prochain test de maths.
4. Ta BFF...
  - a. est parfois drôle, parfois de mauvaise humeur.
  - b. te dit que ta nouvelle camisole a l'air beaucoup trop serrée pour toi et que la couleur ne va pas du tout avec celle de tes yeux... Ça lui irait super bien à elle, par contre.
  - c. est bien dans sa peau.

5. Quand ta BFF te dit que «tes cheveux ont l'air drôles», tu sais...
- a. que tes cheveux font dur.
  - b. qu'elle est jalouse de ta nouvelle coupe et de tes mèches.
  - c. qu'elle ne dirait jamais ça: elle sait à quel point tes cheveux, c'est un sujet délicat.
6. Ta BFF...
- a. est celle qui commande à l'école: les gens ont un peu peur d'elle. Si tu n'es pas avec elle, tu es contre elle!
  - b. n'a pas beaucoup d'amis. Tu sens qu'elle a besoin de toi.
  - c. a d'autres amis dans d'autres groupes.
7. Ta BFF te propose une course à la nage dans la piscine. Que fais-tu ?
- a. Tu la bats à plate couture, comme d'habitude. Tu es meilleure qu'elle dans presque tout.
  - b. Tu la laisses gagner, sinon elle va bouder et te faire suer.
  - c. Tu plonges avec elle!
8. Il ne reste qu'une pointe de pizza dans la boîte. Tu...
- a. l'offres à ton amie.
  - b. la prends: ton amie doit absolument surveiller son poids.
  - c. proposes de la partager.
9. Quand tu es avec ta BFF, vous passez beaucoup de temps...
- a. à faire des choses que vous aimez toutes les deux.
  - b. chez elle: ils ont un plus grand écran de télé.
  - c. à parler de ses cheveux, de son linge, de sa dernière flamme...



10. À quelle fréquence te disputes-tu ou «casses»-tu avec ta BFF?

a. Souvent. Notre relation est très «dramatique», mais on se raccommode tout le temps.

b. Pas souvent: on règle nos problèmes à mesure qu'ils surviennent.

c. Jamais: elle me laisserait tomber pour toujours si je n'étais pas d'accord avec elle.



11. Ta BFF...

a. garde tes secrets.

b. a révélé tes secrets à d'autres amies.

c. ne se contente pas de répéter tes secrets: elle a déjà écrit et joué dans un sketch inspiré de la fois où tu as mouillé son lit à sa soirée pyjama.

12. Au fond, tu...

a. es un peu jalouse de ta meilleure amie.

b. espères que la mère de ta BFF sera transférée pour son travail et qu'elles déménageront très, très loin.

c. es en admiration devant ton amie.

## Pointage

1. a3 b2 c1

2. a3 b2 c1

3. a1 b2 c3

4. a2 b3 c1

5. a2 b3 c1

6. a3 b2 c1

7. a3 b2 c1

8. a1 b3 c2

9. a1 b2 c3

10. a2 b1 c3

11. a1 b2 c3

12. a2 b3 c1



## Ton résultat...

**12 à 19:** Vous êtes **100 % amies**. Vous vivez une amitié authentique, fondée sur le respect et l'affection.



**20 à 26:** Vous êtes **amies à 50 % et enemies à 50 %**. Vous avez vraiment de l'affection l'une pour l'autre, mais la rivalité s'invite parfois dans votre relation. Tu cherches encore des moyens de résoudre vos difficultés pour que votre amitié s'épanouisse et grandisse. Continue, ça en vaut la peine!

**27 à 32:** Vous êtes **amies à 25 % et enemies à 75 %**. Votre amitié est trouble. Vous vous faites parfois du mal mutuellement. Fais-tu vraiment confiance à cette fille quand votre amitié traverse une période de turbulences? Ou pourrait-elle te trahir? Réglez vos problèmes MAINTENANT et épargnez-vous beaucoup de chagrin dans l'avenir.

**33 à 36:** Vous êtes **enemies à 100 %**. Cette relation est toxique. Sauve-toi!

# Peux-tu faire rire ta meilleure amie ?

Suis les instructions ci-dessous. Donne-toi un point chaque fois que tu fais rire ton amie. Puis vérifie ton score au rire-o-mètre.

1. Raconte-lui cette blague :

Toc, toc, toc.

Qui est là ?

Zoé.

Zoé qui ?

Zoé voulu être un artiste, pour pouvoir faire mon numéro...



2. Fais une affreuse grimace à ton amie.

3. Imité votre enseignante.

4. Termine ce poème et lis-le à voix haute à ton amie :

J'ai déjà eu une très étrange amie

Qui aimait jouer à faire comme si.

Elle s'habillait comme un/une \_\_\_\_\_

Dans un/une grand/grande \_\_\_\_\_ mauve

Et me faisait la bise tous les mardis.

5. Récite ce virelangue dix fois très vite :

Le chasseur sachant chasser son chat sans son chien est un bon chasseur.

6. Dis un mot qui fera rire ton amie. Répète-le autant de fois qu'il le faut, en utilisant des accents ou des tons de voix différents jusqu'à ce qu'elle rit.

7. Dis cette blague à ton amie:  
Que dit zéro à huit?  
Belle ceinture.
8. Raconte à ton amie une anecdote à ton sujet qui la fera rire.
9. Sans lui lire l'histoire, demande à ton amie de te fournir des mots pour compléter les phrases. Puis lis-lui l'histoire complète.

Un/une \_\_\_\_\_ (type de personne ou d'animal)  
tombe dans \_\_\_\_\_ (quelque chose qui s'ouvre) et  
se coince la tête. La/le \_\_\_\_\_ (même personne  
ou animal) crie: «Au secours! Je \_\_\_\_\_ (une action).»

Une/un \_\_\_\_\_ (nouvelle personne ou nouvel animal)  
s'adonne à passer par là. Elle/il tire la chasse d'eau de  
\_\_\_\_\_ (le truc qui s'ouvre) et essore le/la  
\_\_\_\_\_ (première personne ou premier animal nommé).

Ensemble, ils mangent \_\_\_\_\_ (quelque chose).

10. Chante sa chanson préférée d'une manière qui va la faire rire.



## Pointage

Donne-toi un point pour chaque numéro qui l'a fait rire.

### Ton résultat...

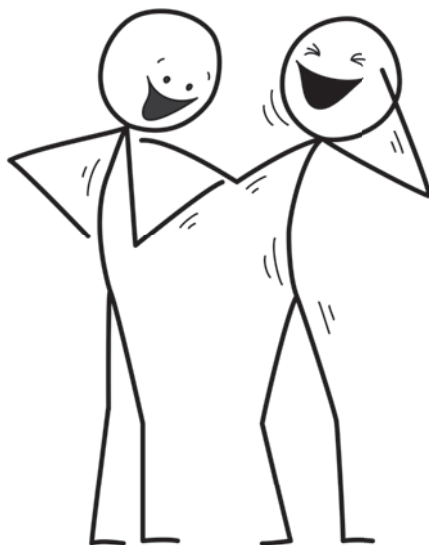
**1 ou 2:** Vraiment, elle n'a pas le sens de l'humour. Il y en avait plusieurs bonnes!

**3 ou 4:** Elle est peut-être plutôt pince-sans-rîre. Très, en fait.

**5 ou 6:** Vous savez rire et vous amuser ensemble.

**7 ou 8:** Vous devez passer votre temps à rigoler.

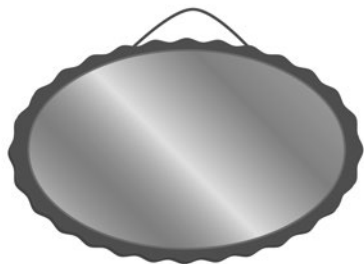
**9 ou 10:** Les amies les plus drôles en ville. C'est quand, votre prochain party?





# Êtes-vous synchro?

Pour le savoir, essayez ce miroir magique.



Debout, face à face, placez-vous à 60 cm environ l'une de l'autre. Vous devez faire comme si l'autre était votre reflet dans le miroir.

Très lentement, bouge tes mains, tes pieds, ta tête, ton visage. Ton amie doit copier chacun de tes mouvements en même temps que toi. Inversez ensuite les rôles. C'est plus facile à faire si vous vous regardez toujours dans les yeux.

Continuez à faire le miroir aussi longtemps que vous le pouvez sans décaler ni vous écrouler de rire.

## Votre résultat...

**0 à 15 secondes: Miroir trouble.** L'image n'est pas nette.

**15 secondes à une minute: Miroir lisse.** De parfaites partenaires de danse.

**1 à 2 minutes: Miroir magique.** Deux faces pareilles.

**2 minutes ou plus: Quel miroir?** Un cerveau, deux corps!



# Quels sont tes talents particuliers?

Avec ton amie, faites chacune des épreuves suivantes pour savoir laquelle maîtrise ces aptitudes parfaitement inutiles! Vous aurez peut-être besoin d'une ou d'un arbitre impartial pour trancher...

1. Laquelle peut tourner sur elle-même le plus longtemps?
2. Laquelle peut tirer la langue le plus loin?
3. Laquelle peut retenir son souffle le plus longtemps?
4. Laquelle peut se tenir sur un pied le plus longtemps?
5. Laquelle peut se tenir sur un pied, les yeux fermés, le plus longtemps?
6. Laquelle peut sauter sur un pied le plus loin?
7. Laquelle peut écrire le prénom et le nom du premier ministre le plus vite?
8. Laquelle dessine le mieux un chat?
9. Laquelle peut faire la face la plus drôle?
10. Laquelle peut tenir la note le plus longtemps?
11. Laquelle imite le mieux le cochon?
12. Laquelle fait le plus de pets – d'aisselle, de genou, de mains, etc.?
13. Laquelle peut faire rebondir une balle le plus grand nombre de fois sans faire d'erreur?
14. Laquelle peut roter le plus fort?
15. Laquelle peut faire à l'autre la coiffure la plus cinglée?

## Pointage

On s'en fiche! Si vous avez rigolé et découvert certains de vos talents insoupçonnés, ça valait le coup!





# Choisir entre deux maux...



Si tu avais à choisir entre deux maux, lequel te semblerait le moins pénible? Comparez vos réponses pour voir à quel point vous vous ressemblez.

1. Manger une limace ou lécher la narine d'une vache?
2. Te brûler la langue avec une pizza ou avoir un mal de tête à cause d'une slush?
3. Passer une journée dans une jungle infestée de bibittes ou une nuit dans une cave pleine de rats?
4. Avoir terriblement mal au ventre ou terriblement mal à la gorge?
5. Mourir noyée ou mourir de soif?
6. Ne plus jamais, jamais avoir d'occasion d'être seule ou ne plus jamais, jamais voir personne?
7. Vivre sans papier de toilette ou sans chocolat?
8. Faire vœu de silence ou vœu de pauvreté?
9. Te faire prendre à tricher ou savoir que toute ta classe est au courant que tu as fait pipi dans tes culottes à l'école?
10. Passer une journée sans manger ou une nuit sans dormir?
11. Tenir un serpent venimeux ou te faire pourchasser par un rhinocéros de mauvaise humeur?
12. Te perdre en forêt ou dans une grande ville?
13. Que les gens te trouvent stupide ou qu'ils te trouvent laide?
14. Affronter une troupe de zombies ou un essaim d'abeilles?
15. Constaté à ton réveil que tu es devenue adulte ou que tu es devenue un garçon?

- 16. Passer trois heures – sans interruption – dans les plus grosses montagnes russes au monde ou en mer, pendant une tempête?
- 17. Te faire prendre sur le chemin d'une tornade ou sur celui d'un tsunami?
- 18. Te faire piquer par une bestiole qui te condamne à une vie de douleurs ou par une tique qui ne te fait pas souffrir, mais qui te tuera dans trois ans?
- 19. Manger de la viande de singe crue ou de la crotte de singe?
- 20. Être un fantôme ou un vampire?
- 21. Déménager dans la plus petite maison de ton quartier actuel ou déménager très loin dans une maison plus grande?
- 22. Te faire voler ton ordinateur ou te faire voler ton cellulaire?
- 23. Ramasser les excréments d'un chien ou changer la couche bien pleine d'un bébé?
- 24. Devenir célèbre pour une chanson qui a eu beaucoup, beaucoup de succès, et c'est tout, ou avoir une honnête carrière de musicienne sans jamais devenir célèbre?
- 25. Manger un escargot ou un piment extra-fort?

## Pointage

Comptez un point pour chaque réponse pareille.

### Votre résultat...

**0 à 5:** Entre faire ce test et autre chose... vous feriez n'importe quoi!

**6 à 12:** Entre vous deux... il y a des différences, mais pas tant que ça.

**13 à 25:** Entre nous... vous êtes vraiment sur la même longueur d'onde!







# Êtes-vous des potineuses ou des tombes?

Passez-vous votre temps à parler des autres ou  
à parler des autres choses qui vous intéressent?

- De quoi parlez-vous habituellement, ta BFF et toi?
  - De nos idées ou de nos rêves.
  - De ce qui se passe à l'école, les événements et les potins.
  - Nous avons notre propre blogue confidentiel de potins: as-tu entendu ça? Saviez-vous que le prof de maths a déjà sorti avec Lady Gaga?
- Tu te réjouis de retrouver tes amis pour...
  - leur montrer les photos que votre enseignante a mises sur son compte Facebook, que tu as piraté: qui utilise 123 comme mot de passe?
  - savoir ce qu'il y a de neuf dans leur vie.
  - comparer vêtements et cheveux, ou se raconter des niaiseries.
- Il y en a qui trouvent que tes amies et toi êtes...
  - comme les doigts de la main.
  - une gang le fun.
  - les reines de la discorde.
- Tu as un secret. À qui le confieras-tu?
  - À personne.
  - C'est ma publication du jour!
  - À ma BFF et à personne d'autre.
- Tu entends un truc choquant à propos d'une fille de ta classe. Tu...
  - racontes à tes amies proches ce que tu as entendu.
  - l'envoies sur Snapchat.
  - le gardes pour toi.



6. Qu'est-ce qui pourrait être ta devise?
- a. Les confidences ne sortent pas de ma bouche.
  - b. Ma vie est un livre ouvert.
  - c. L'information, c'est le pouvoir.
7. Selon toi, qu'est-ce qui est le plus blessant?
- a. Dire à quelqu'un que sa nouvelle coupe de cheveux donne l'impression qu'elle a un champignon sur la tête.
  - b. Raconter à tes amies que tu as vu une fille de la classe éclater en sanglots dans les toilettes, puis pouffer de rire avec elles lorsque vous la voyez.
  - c. Être froide avec une amie sans lui dire pourquoi.
8. Tes amis parlent en mal de jeunes que tu connais. Tu...
- a. en rajoutes avec une histoire scandaleuse de ton cru: tu ne voudrais pas être en reste.
  - b. changes de sujet.
  - c. leur dis que ce n'est pas gentil.
9. À l'école, une fille que tu n'aimes pas répand des rumeurs au sujet de ta BFF. Que fais-tu?
- a. Je lance une rumeur sur cette fille, par exemple en disant qu'elle trouve le directeur de son goût. Il porte une moumoute!
  - b. Je le dis à ma BFF.
  - c. Je l'ignore: si je n'accorde pas d'attention à ce genre de truc, ça n'ira pas plus loin.
10. Bon, je l'avoue, quand ma BFF et moi parlons des autres...
- a. ça nous rapproche: c'est bon de savoir qu'on partage les mêmes valeurs et opinions.
  - b. ça me crée un malaise: je sais que je dois faire attention à ce que je dis si je ne veux pas que les gens parlent de moi comme ça.
  - c. ça me donne un sentiment de supériorité: on n'est pas nulles comme eux!



11. C'est correct de parler des autres, pourvu que...
- ce qu'on dit est vrai.
  - ce qu'on dit n'est pas méchant.
  - l'information soit utile à la personne à qui on le dit.
12. Toutes les filles que je fréquente...
- disent des choses cruelles dans le dos des autres.
  - s'entendent vraiment bien.
  - ont tendance à suivre une fille qui décide de tout.

## Pointage

- |             |             |             |              |
|-------------|-------------|-------------|--------------|
| 1. a1 b2 c3 | 4. a1 b3 c2 | 7. a2 b1 c3 | 10. a2 b1 c3 |
| 2. a3 b2 c1 | 5. a2 b3 c1 | 8. a3 b2 c1 | 11. a3 b2 c1 |
| 3. a2 b1 c3 | 6. a1 b2 c3 | 9. a3 b2 c1 | 12. a3 b1 c2 |

## Vos résultats...

**12 à 21: Comme une tombe.** Tu n'es pas le genre à parler à tort et à travers ou à répandre des rumeurs. C'est une grande qualité, et à la longue, ça te vaudra des amis pour la vie. À court terme, tu auras peut-être du mal à trouver ta place auprès des gens qui potinent. Mais ne t'en fais pas. Laisse-les parler tant qu'ils veulent à ton sujet: ce sont tous des jaloux!

**22 à 31: Moulin à paroles.** Tu adores bavarder avec tes amies à propos de tout: ce qu'il y a de neuf et qui fait quoi. Les conversations avec tes amies t'aident à te sentir plus proche d'elles et te procurent un sentiment de sécurité: c'est chouette d'avoir des amis qui pensent comme toi sur ce qui est bien ou mal. Et tu sais que tu peux



compter sur elles. Fais attention, toutefois, que vos bavardages ne tournent pas à la méchanceté. Et rappelle-toi aussi que les secrets doivent rester secrets.

**32 et +: Qui parle beaucoup perd la confiance.** Tes amies et toi adooooorez potiner. Il y a cependant une conséquence au potinage: crois-tu que les gens avec qui tu potines ne font pas la même chose à ton sujet? Et puis répandre des rumeurs peut vraiment dévaster la vie de quelqu'un, surtout si les rumeurs en question sont fausses ou méchantes.

La prochaine fois que tes amies commenceront à parler en mal de quelqu'un, n'en rajoute pas et essaie plutôt de changer de sujet. Tu constateras que les sujets de conversation intéressants ne manquent pas, et qu'ils sont moins stressants que les potins!





# Connais-tu bien ta meilleure amie?

~ Test or ~

1. Sais-tu quand est l'anniversaire de ton amie?
2. Tient-elle un journal?
3. Quel est le nom de son toutou préféré?
4. Dans quel tiroir range-t-elle ses chaussettes?
5. Quelle est la chose qu'elle chérit par-dessus tout?
6. L'aliment qu'elle déteste le plus?
7. Que veut-elle devenir plus tard?
8. De quelle couleur sont ses yeux (sans regarder!)?
9. Où est-elle née?
10. Quel est son déjeuner préféré?
11. Son animal préféré?
12. Sa plus grande peur?
13. Est-ce qu'elle peut faire la roue?
14. Son deuxième orteil est-il plus long ou plus court que son gros orteil?
15. A-t-elle un porte-bonheur?
16. Croit-elle aux fantômes?
17. Quelle fête de l'année préfère-t-elle?
18. Est-elle droitnière ou gauchère?
19. Un kick qu'elle a déjà eu?
20. Est-elle flexible comme un élastique?

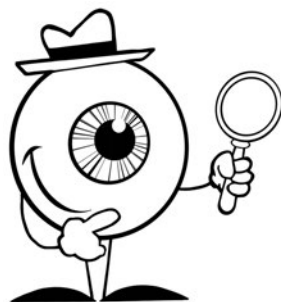


## Pointage

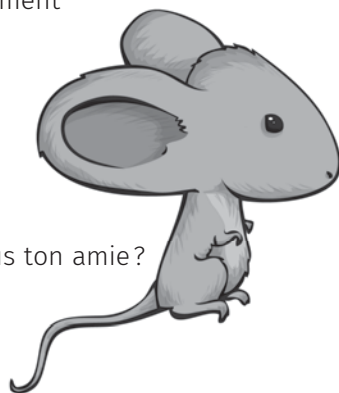
Donne-toi un point pour chaque bonne réponse. Même chose pour ton amie. Celle qui a le score le plus élevé gagne! Cette fois, en tout cas...

# Quel est le pouvoir secret de ton amie?

1. Ta BFF...
  - a. semble toujours se fondre dans la foule.
  - b. sait des choses que tout le monde ignore.
  - c. fait vraiment sensation!
  - d. a l'esprit vif.
2. Que préférerais-tu voir ton amie faire?
  - a. Imaginer de nouveaux mondes.
  - b. Créer de nouveaux mondes.
  - c. Parcourir le monde.
  - d. Régner sur le monde.
3. Ta BFF est très...
  - a. extravertie: elle est toujours au cœur de l'action.
  - b. ambitieuse: elle sait ce qu'elle veut et comment l'obtenir.
  - c. intuitive: elle sait ce que les gens pensent et ressentent.
  - d. polyvalente: elle fait bien toutes sortes de choses.
4. Quel personnage de Harry Potter préférerait-elle être?
  - a. Drago Malefoy.
  - b. Harry.
  - c. Fleur Delacour.
  - d. Hermione.
5. Ta BFF est faite pour devenir...
  - a. espionne.
  - b. psychologue.
  - c. chef d'entreprise.
  - d. scientifique démoniaque.



6. Quel loisir intéresserait le plus ton amie ?
  - a. Le scrapbooking.
  - b. La danse folklorique.
  - c. Les jeux vidéo.
  - d. Comploter pour renverser le gouvernement étudiant de votre école.
7. Quel animal préférerait-elle ?
  - a. Un boa constricteur.
  - b. Une souris.
  - c. Un dauphin.
  - d. Un aigle.
8. Quelle est la matière qui intéresse le plus ton amie ?
  - a. L'art.
  - b. Le français.
  - c. Les maths.
  - d. L'histoire.



## Pointage

- |                  |                   |                  |
|------------------|-------------------|------------------|
| 1. a0 b5 c10 d15 | 4. a20 b15 c5 d10 | 7. a15 b0 c5 d10 |
| 2. a0 b10 c5 d20 | 5. a0 b5 c10 d15  | 8. a0 b5 c10 d15 |
| 3. a10 b15 c0 d5 | 6. a5 b10 c0 d20  |                  |

## Et son pouvoir secret est...

**5 à 15: L'invisibilité.** Quand ta BFF semble se fondre dans la foule, c'est grâce à son pouvoir magique: le don de l'invisibilité. Cette aptitude rare lui procure une capacité d'observation et d'écoute remarquable. Elle remarque des détails qui échappent aux autres. Ça lui permet de prendre de bonnes décisions, particulièrement quand elles impliquent d'autres personnes. Son aptitude à passer sous le radar lui permet aussi d'aller là où d'autres n'osent pas s'aventurer, et de s'en tirer à bon compte pour un paquet d'affaires!

**20 à 35: La télépathie.** Sa capacité à comprendre les gens est presque inquiétante. C'est parce qu'elle peut lire leurs pensées! Pas étonnant qu'elle sache ce que pensent et ressentent les gens avant qu'eux-mêmes le sachent! Elle est sensible aux besoins des autres, qui l'aiment pour sa chaleur humaine et sa générosité. Ne va surtout jamais lui mentir: la confiance, pour elle, est sacrée.

**40 à 65: La polymorphie.** Ta BFF a de nombreuses grandes qualités réunies dans un surprenant emballage! Aujourd'hui, elle gagne un concours d'orthographe; demain, elle renversera tout le monde en jouant du piano. Que sera-t-elle une fois adulte? Tout ce qu'elle veut! Grâce à sa capacité à changer de forme, ta BFF risque d'avoir plusieurs carrières différentes, de même que des amis de tous les horizons.

**70 à 90: La sorcellerie.** L'aptitude surnaturelle de ton amie à jeter des sorts aux gens lui procure un énorme pouvoir personnel. Les gens l'écoutent. Elle est très persuasive et peut les convaincre de voir les choses autrement ou de faire ce qu'elle veut. La nature est son élément, et les gens sont heureux de la suivre où qu'elle aille. Assure-toi quand même de rester de son côté!

**95 à 115: La pluie et le beau temps.** Elle est de ceux qui font bouger les choses! Ton amie peut faire la pluie et le beau temps. Sa capacité à contrôler le soleil et les étoiles, les nuages et le vent en fait le type de fille qui peut vraiment changer le monde. Attends-toi à ce que ton amie dirige un jour une grande entreprise connue, qu'elle occupe un poste clé au sein du gouvernement ou entreprenne une grande croisade environnementale. Souhaitons qu'elle mette son pouvoir au service du bien!

**120 et +: L'étoile noire.** Pas de doute, elle détient un pouvoir, mais c'est un pouvoir maléfique! Lord Voldemort et la Sorcière blanche sont jaloux! Elle ose faire ce que les autres redoutent: demander un délai pour remettre un devoir, plus de journées pédagogiques et des récréés plus longues! Elle va conquérir l'école, puis le monde! Mais... voudras-tu y vivre lorsqu'elle y parviendra?





# Ta BFF a-t-elle ce qu'il faut pour survivre?

1. Ton amie est tombée dans du sable mouvant! Que fait-elle?
  - a. Appeler son père à son secours en pleurant pendant qu'elle s'enfonce.
  - b. Attirer des crocodiles qui traînent dans le coin pour en attraper un par la queue et s'en servir pour s'extraire de là. Elle pourra ensuite s'en faire rôtir un pour souper.
  - c. Se laisser flotter doucement à la surface jusqu'à ce que les secours arrivent, tout en surveillant les vautours affamés qui tournent autour.
  - d. Agiter les bras avec énergie et crier au secours.
2. Un ours sort de la forêt et fonce droit sur elle. Que fait ton amie?
  - a. Lui donner une tape sur le museau.
  - b. Reculer lentement tout en agitant calmement les bras en lui parlant.
  - c. Le fixer en grondant pour qu'il recule avant qu'elle se choque vraiment.
  - d. Faire demi-tour et courir plus vite que toi!
3. Une avalanche! Ton amie...
  - a. fait des mouvements de brasse pour éviter d'être enterrée.
  - b. tient ses bâtons de ski bien haut comme des drapeaux, pour signaler sa présence aux secouristes.
  - c. pleure en espérant que ses larmes fassent fondre la neige.
  - d. décide d'essayer de surfer sur l'avalanche jusqu'en bas. Elle prendrait bien un chocolat chaud.



4. Ton amie fait une promenade quand un serpent venimeux se dresse sur son chemin... et s'élançe. Que fait-elle?

**a.** Elle exécute un mouvement de côté et évite la morsure – elle est championne de ballon-chasseur à l'école – et court se mettre à l'abri du danger.

**b.** Elle nettoie la morsure avec du savon et de l'eau, applique sans serrer un bandage large au-dessus de la morsure et appelle des secours.

**c.** Elle suce la morsure pour en extraire un maximum de venin et prépare une sorte d'antipoison à partir d'herbes et de racines qui se trouvent à proximité.

**d.** Elle inscrit « dix points » sur la fiche de pointage du serpent, puis s'élançe à son tour et tente de faire un abat.

5. Le bateau de croisière coule! Que fait ton amie?

**a.** Elle enlève ses chaussures et ses vêtements, et plonge pour nager jusqu'à la rive la plus proche.

**b.** Elle dit: « Une chance que j'ai décidé de rentrer en avion plutôt qu'à bord de cette vieille passoire! »

**c.** Elle s'accroche à quelque chose qui flotte et attend les secours.

**d.** Elle fait de la plongée en apnée et découvre les créatures marines jusqu'à l'arrivée des secours.

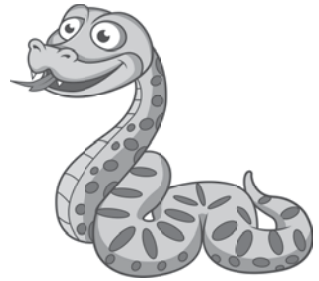
6. Elle fait du camping en forêt quand une tornade approche. Que fait-elle?

**a.** Elle s'abrite sous le plus grand arbre.

**b.** Elle s'immerge dans le marais ou la tourbière la plus proche.

**c.** Elle trouve un creux dans le sol et s'y allonge.

**d.** Elle prend des photos: elle n'a jamais rien vu de pareil!



7. Elle est perdue au sommet d'une montagne. Elle a faim et soif, mais n'aperçoit aucun secours. Il lui reste un peu d'eau et de nourriture. Que fait-elle?
- a. Elle mange.
  - b. Elle boit l'eau.
  - c. Ni l'un ni l'autre.
  - d. Elle boit et mange.
8. Un requin!
- a. Schlak! Un bon coup dans l'œil.
  - b. Elle s'enfuit à la nage. En nageant vite!
  - c. Elle reste tranquille dans l'espoir de passer inaperçue.
  - d. Ooooh! Elle adore les requins! Elle le prend en photo.
9. Un vampire!
- a. Un pieu dans le cœur.
  - b. Elle fait des bruits de chauve-souris et fait semblant d'en être une.
  - c. Elle reste tranquille dans l'espoir de passer inaperçue.
  - d. Ooooh! Elle adore les vampires! Elle le prend en photo.
10. Elle a gagné à la loterie. Malheureusement, c'est la loterie des Hunger Games. Que fait-elle?
- a. Elle supplie sa sœur de la laisser prendre sa place.
  - b. Elle forme une alliance avec un beau gars qui sait faire la cuisine et l'embrasse au besoin.
  - c. Elle affine ses talents tout en apprenant de nouvelles habiletés qui font appel à ses forces.
  - d. Elle croise les doigts dans l'espoir d'avoir Cinna pour styliste: elle ADORE ce qu'il fait!



## Pointage

Donne un point à ta BFF pour chaque bonne réponse.

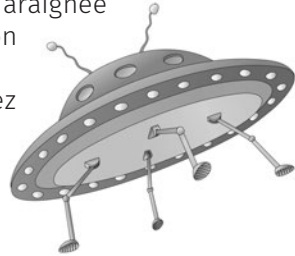
1. c   2. b   3. a   4. b   5. c   6. c   7. b   8. a   9. a   10. c



## Son résultat...

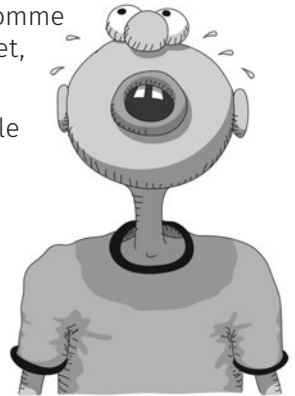
**0 à 3: Moitié-moitié.** Devant un événement extrême, les chances de survie de ta BFF sont de 50/50. Veille à ce qu'elle s'entoure toujours d'amis astucieux, solides et compétents (comme toi!) pour améliorer ses chances d'atteindre l'âge adulte.

**4 à 6: En état de choc, mais consciente.** Ta BFF peut gérer avec sang froid certaines catastrophes parmi les plus courantes (casserole d'eau bouillante qui déborde, araignée dans le tiroir de sous-vêtements, invasion de Martiens). Elle devrait toutefois se montrer prudente lorsqu'elle sort de chez elle. Heureusement qu'elle peut compter sur toi pour la guider et l'empêcher de marcher dans une coulée de lave en se rendant à l'école.



**7 à 8: Mal en point, mais debout.** Ta BFF est du calibre de la Veuve noire (alias Natalia Romanova). Elle garde la tête froide et réagit à la vitesse de la lumière, ce qui peut lui sauver la vie lorsqu'elle se retrouve sur la trajectoire d'un super tsunami sans la moindre colline en vue. Ton amie ne devrait jamais partir de chez elle sans une serviette. Elle pourra s'en servir comme une corde, une écharpe, un oreiller, un tourniquet, un drapeau ou une petite couverture.

**9 à 10: Une survivante.** Ta BFF est incroyable! Elle a ce qu'il faut pour survivre à une invasion d'extraterrestres, une grippe aviaire, une horde de rhinocéros en colère et un ouragan... tous en même temps! Suggère-lui de faire des réserves de soupe en boîte en prévision de l'apocalypse. Assure-toi de rester près d'elle – vraiment très près d'elle – si tu veux survivre toi aussi à la fin du monde!





# Plutôt tendues ou plutôt relax, les filles ?

Ta BFF et toi, êtes-vous deux paquets de nerfs ou plutôt du style «un jour à la fois»? Faites ce test, ensemble ou séparément, pour le savoir.

1. Tu dois faire un bricolage pour l'école. Tu...
  - a. ne comptes pas les heures: il faut qu'il soit parfait!
  - b. t'amuses à découper et préparer tous les bidules nécessaires puis à les coller à leur place.
  - c. attends à la dernière minute puis le fais rapidement pour t'en débarrasser.
2. Tu obtiens une mauvaise note à ton test d'orthographe. Tu...
  - a. en as mal au ventre: l'échec te rend malade.
  - b. hausses les épaules: c'est un test stupide, c'est pas la fin du monde.
  - c. es déçue et te promets d'étudier plus pour le prochain test, puis tu passes à autre chose.
3. Les élections à l'école approchent. Ta BFF a proposé ton nom pour la présidence. Que fais-tu ?
  - a. Tu comptes les jours jusqu'à l'élection. Quel que soit le résultat du vote, c'est une aventure excitante!
  - b. Tu t'en fais tellement que tu en perds le sommeil et l'appétit pendant des jours. Et si personne ne votait pour toi ?
  - c. Tu n'y penses pas tant. C'est une mascarade de toute façon.



4. Tu trouves important de...
  - a. toujours arriver première.
  - b. toujours faire de ton mieux.
  - c. toujours avoir du plaisir.
5. Comment te décrirais-tu ?
  - a. Ambitieuse.
  - b. Souple.
  - c. Drôle.
6. Quelle situation t'inquiéterait le plus ?
  - a. Que tout le monde parle de toi.
  - b. Que personne ne parle de toi.
  - c. Que tu dises un truc stupide si tu ouvres la bouche.
7. Ta plus grande peur est...
  - a. les grosses araignées velues.
  - b. parler en public.
  - c. que personne ne t'aime.
8. Quelqu'un te lance une méchanceté. Que fais-tu ?
  - a. Tu rumines ses paroles pendant des jours.
  - b. Pfffft, c'est elle qui a un problème, pas toi.
  - c. Tu prépares ta vengeance.
9. Quand tu rencontres des gens que tu ne connais pas, tu...
  - a. t'inquiètes vraiment beaucoup de ce qu'ils penseront de toi.
  - b. es timide.
  - c. dis: «Salut, ça va?»
10. Ce que tu viens de dire est sorti tout croche, et maintenant, tout le monde rit de toi. Tu...
  - a. ris de bon cœur: ouais, ça sonnait drôle!
  - b. souris, même si tu veux mourir de honte.
  - c. te choques et tournes les talons.



## Pointage

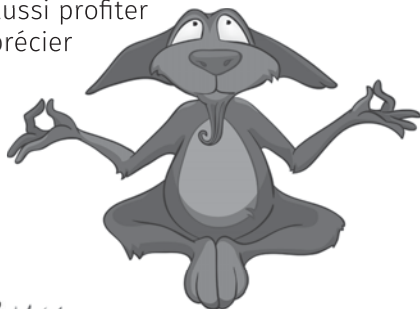
- |              |              |               |
|--------------|--------------|---------------|
| 1. a10 b5 c0 | 5. a10 b5 c0 | 9. a10 b5 c0  |
| 2. a10 b0 c5 | 6. a5 b0 c10 | 10. a0 b5 c10 |
| 3. a5 b10 c0 | 7. a0 b5 c10 |               |
| 4. a10 b5 c0 | 8. a5 b0 c10 |               |

## Ton résultat...

**0 à 30: Relaxe, chose!** Tu es tellement calme et sereine que les gens pensent parfois que tu es endormie. C'est vrai que la vie peut sembler plus facile quand on reste détachée, qu'on n'essaie pas trop fort ou qu'on ne s'en fait pas. À toujours rester sur le banc à observer, par contre, on s'amuse pas mal moins qu'en étant au cœur de l'action. Allez, debout!

**35 à 75: Détendue et heureuse.** Tu sembles savoir ce qui est important pour toi. Tu travailles fort quand il le faut, mais tu ne t'en fais pas pour un rien. Les déceptions refroidissent ta joie de vivre, mais tu ne les laisses pas empoisonner ta vie. Les gens aiment ton approche de la vie et ta capacité à t'adapter au sein de l'équipe.

**80 à 100: Une boule de nerfs.** Tu te mets tellement de pression! Tu veux toujours remettre des devoirs parfaits, être habillée sans fausse note, garder ta chambre impeccable. Tu crains que si tu n'excelles pas sur tous les plans, les gens ne t'aient pas! Inspire un bon coup et détends-toi. Il faut aussi profiter de la vie! En fait, les gens vont t'apprécier davantage et tu amélioreras tes chances d'atteindre tes objectifs si tu ne prends pas tout au sérieux. Tu n'as pas à souffrir pour réussir!



# Ta BFF est-elle une extraterrestre ?

1. Qu'est-ce que ton amie préfère ?
  - a. Parler à son chien Astro.
  - b. Jouer à Jenga.
  - c. Observer le ciel avec envie.
2. La tête de ton amie...
  - a. est très grosse, dépourvue de cheveux et parfaitement lisse.
  - b. présente une deuxième paire d'yeux à l'arrière.
  - c. est un cerveau sur deux pattes.
3. L'émission de télé préférée de ton amie est...
  - a. *Star Wars: La guerre des clones.*
  - b. n'importe quoi qui porte sur les activités de la NASA.
  - c. *La Voix.*
4. La matière préférée de ta best à l'école, c'est...
  - a. les arts.
  - b. les sciences, surtout l'astronomie.
  - c. le volet création du cours de français : elle aime écrire des histoires de science-fiction.
5. Ta BFF appelle ses parents...
  - a. maman terrestre et papa terrestre.
  - b. par leur nom.
  - c. maman et papa.
6. Ta BFF préférerait manger...
  - a. de la pizza.
  - b. des asperges.
  - c. des insectes.





7. Combien de doigts ton amie a-t-elle?
  - a. Elle a cinq appendices terminaux sur chaque membre.
  - b. Dix, bien sûr!
  - c. Cinq sur chaque main, bien sûr. Alors vingt en tout.
8. Quelle est la collation énergétique préférée de ton amie ?
  - a. Du fromage.
  - b. Du jus de vache et des hydrates de carbone très sucrés à saveur de cacao.
  - c. Des ions de radium.
9. Où ton amie est-elle née ?
  - a. À l'hôpital local.
  - b. À la maison. Elle aime dire qu'il n'y avait pas d'hôpitaux, «à l'époque».
  - c. C'est drôle, elle n'a jamais dit d'où elle venait...
10. Ton amie n'est jamais aussi heureuse que lorsqu'elle...
  - a. peut retourner dans son cocon et devenir chrysalide.
  - b. aspire la force vitale des créatures terriennes par leurs narines.
  - c. passe du temps avec toi!

## Pointage

1. a2 b1 c3
2. a2 b3 c1
3. a2 b3 c1
4. a1 b3 c2
5. a3 b2 c1
6. a1 b2 c3
7. a2 b1 c3
8. a1 b2 c3
9. a1 b2 c3
10. a2 b3 c1

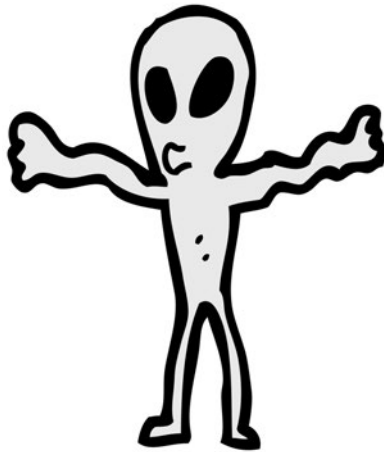



## Son score d'extraterrestre

**10 à 20: Humanoïde.** Elle est peut-être étrange, mais le caractère singulier de ta BFF est d'une variété humaine tout à fait ordinaire. Restez ensemble, surtout si de petits bonshommes verts proposent de vous conduire quelque part!

**21 à 26: Croisement humain-extraterrestre possible.** Ton amie a peut-être été kidnappée au berceau. À moins qu'une forme extraterrestre n'utilise son corps comme véhicule? Dans un cas comme dans l'autre, ta BFF combine des traits humains et des bizarreries qui pourraient indiquer des origines extraterrestres. Elle est extrêmement douée pour la physique et elle respire sous l'eau? Elle peut faire exploser des choses avec ses yeux? Tu devrais peut-être communiquer avec le poste de police pour signaler la présence possible d'un ovni dans les parages.

**27 et +: Elle ne te veut aucun mal.** Lorsqu'elle rentrera chez elle, suggère-lui de laisser notre planète dans l'état où elle l'a trouvée. Et avant de partir, elle pourrait peut-être te montrer comment elle arrive à mettre ses paupières à l'envers. Trop cool!

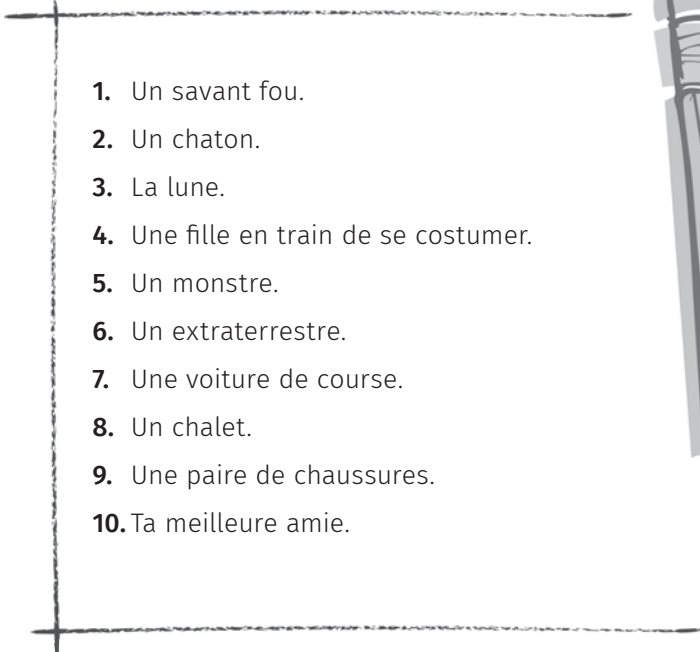




# Peux-tu dessiner plus vite que ton ombre ?

Ton amie et toi, pensez-vous pareil ? Dessinez-vous pareil ?

Voici une liste de 10 choses à dessiner. Vous disposez, ton amie et toi, de 5 minutes pour faire les 10 dessins. Ne regardez pas sur les feuilles de l'autre avant que les 5 minutes soient écoulées. Quand elles le sont, vérifiez si les dessins terminés se ressemblent. Avez-vous dessiné pas mal les mêmes choses ? Laquelle de vous deux a fait les plus jolis dessins ? Laquelle a fait les plus rigolos ?

- 
1. Un savant fou.
  2. Un chaton.
  3. La lune.
  4. Une fille en train de se costumer.
  5. Un monstre.
  6. Un extraterrestre.
  7. Une voiture de course.
  8. Un chalet.
  9. Une paire de chaussures.
  10. Ta meilleure amie.



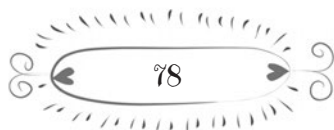


# Quel monstre se cache derrière ta BFF?



Ce beau visage angélique semble un peu suspect, non? Sous cette enveloppe gentille et agréable à l'œil se cache un horrible monstre, infâme et cruel, venu des ténèbres! Mais lequel? Et toi? Quel horrible monstre infâme et cruel es-tu, toi?

1. Ça ne te fait pas plaisir de le dire, mais elle peut parfois se montrer vaniteuse.
  - a. Vrai. > Va à la question 2.
  - b. Faux. > Va à la question 5.
2. Est-elle bruyante ou discrète?
  - a. Bruyante. > Va à la question 3.
  - b. Discrète. > Va à la question 4.
3. Quand elle est de mauvaise humeur...
  - a. son regard glacial sur toi suffit à t'enlever tous tes moyens. > Va à la question 8.
  - b. elle gémit, littéralement, et empoisonne la vie de tous ceux qui l'entourent. > C'est une BANSHEE.
4. Comment aime-t-elle passer le temps quand elle est à la plage?
  - a. Elle nage, bien sûr. > Va à la question 8.
  - b. Elle se laisse cuire au soleil. > C'est un SPHINX.
5. Ta BFF préfère...
  - a. les bottes à la dernière mode. > Va à la question 6.
  - b. marcher pieds nus. > Va à la question 7.
6. Préfère-t-elle les bottes à fourrure ou faites d'un cuir rare et chic, comme la peau d'autruche ou de serpent?
  - a. Fourrure. > C'est un YÉTI.
  - b. Cuir. > C'est GODZILLA.



7. Elle est...
- a. sportive et très active. > C'est NESSIE, LE MONSTRE DU LOCH NESS.
  - b. plutôt du genre à passer ses journées évachée sur un sofa.> C'est le BLOB.
8. Elle aime ses cheveux...
- a. dénoués, en liberté. > Elle est la MÉDUSE.
  - b. lustrés. > C'est une SIRÈNE.

## À chacune son monstre

**Banshee.** Elle a du coffre! Et tout un sens de l'humour! Non. En fait, ce monstre te poussera au désespoir ou à des leçons de piano, c'est selon. Elle aime annoncer les mauvaises nouvelles. Quand les choses vont mal, elle fait celle qui pleure, qui gémit, qui gronde et qui sanglote. Son loisir préféré? Raconter de longues histoires inintéressantes. Son aliment préféré? Aucun, c'est une végétalienne allergique aux légumes. Sa couleur préférée? Le noir. Son film préféré? *Hurléments* et *Hurléments 2*. Le reste de la série ne l'intéressait pas vraiment.



**Blob.** Les gens ont tendance à la sous-estimer. Ils se disent que c'est une bonne pâte, mais quand l'envie lui prend de s'affirmer, elle peut t'en faire voir de toutes les couleurs. Elle a une nature très changeante et peut s'immiscer partout, même dans une jarre à biscuits. Elle est très chaleureuse. Peut-être trop: son emprise affectueuse peut te suffoquer. Elle adore le cinéma, le Jell-O et le rhume de cerveau. Elle déteste les produits surgelés et les gens poilus.

**Godzilla.** Ouf, cette fille a vraiment un sale caractère! Quand elle se fâche, elle perd complètement la maîtrise de ses sens... et de sa queue.

Quand ce truc se met à balayer tout sur son passage, elle peut détruire une flotte navale au complet! Elle aime les voyages, la vie urbaine et les hélicoptères pour déjeuner. Sous l'emprise de la colère, elle tape du pied, un vrai trait «godzillien» à l'origine de tremblements de terre et de fermetures d'école. Ses points faibles? Une mauvaise vision et la peau sèche. Son rêve inavoué? Animer une émission de variétés pour enfants. Son aliment préféré? Les employés de bureau.



**Méduse.** Il n'y a pas un atome de jalousie en elle... seulement des vipères jalouses sur sa tête! Elle veut régner sur l'école. Elle s'occupera ensuite de l'univers. Elle piétine quiconque voudrait lui barrer la route. Elle n'a toutefois pas besoin de pieds de géant ou de muscles puissants pour vaincre ses ennemis. D'un seul regard, elle peut les transformer en pierre. Rien que ça. L'expression «s'arracher les cheveux» vient de cette fille, du jour où elle a constaté l'état des siens. Ne t'avise surtout pas de la contredire un jour où elle s'est levée du mauvais pied. Son jeu préféré, tu l'as deviné, est Serpents et échelles.



**Nessie, le monstre du Loch Ness.** Elle garde toujours les gens dans l'incertitude. Personne ne la connaît vraiment: elle a une personnalité fuyante. Elle ne manque pourtant pas de profondeur. Elle adore tous les sports nautiques, que ce soit glisser sur une tripe, plonger ou étrangler des marins distraits. Elle déteste se faire prendre en photo, mais adore être le centre de l'attention. Elle aime inventer des histoires et jouer à cache-cache. Elle ne résiste pas à une bonne farce, à la danse irlandaise ni à l'envie de sauter à l'eau. Étonnamment, elle peut être très sèche envers les gens qui lui déplaisent.

**Sirène.** Cette fille n'est pas banale: une femme irrésistible d'une part, en même temps qu'un monstre assoiffé de sang. Les gens sont attirés vers elle et ont beaucoup de mal à lui refuser quelque chose, malgré les conséquences. Elle chante comme un ange, mais ne peut décrocher un contrat d'enregistrement: personne n'a jamais survécu assez longtemps pour le lui faire signer. Le bonheur, pour elle, c'est un après-midi sur la plage avec ses sœurs, à essayer d'attirer des bateaux dans leur royaume. L'amour de sa vie? Un garçon qui est resté sourd à ses appels: il avait trop de cire dans les oreilles!

**Sphinx.** Moitié femme, moitié lionne, 100 % malfaisante, elle est furieusement intelligente. Ou peut-être juste furieuse. Taquine, elle aime poser des questions impossibles et rire au nez de ceux qui ne peuvent y répondre. Ensuite, elle les tue. Elle peut être très vache, mais elle n'a pas peur de te dire qu'elle est un ti-minou sans moyens. Manipulatrice, elle tue le temps en montant les gens les uns contre les autres. Elle aime croire qu'elle a réponse à tout et adore jouer avec toi. Son défaut: ses amis ont tendance à la désert, et son haleine a des relents de croquettes de poisson.



**Yéti.** Elle a un grand cœur et une personnalité très chaleureuse, mais n'est pas très douée pour exprimer ses sentiments aux gens. Chaque fois qu'elle essaie, elle finit par les manger. C'est ce qui fait qu'elle est un peu solitaire... Ça, et le fait que son haleine tient les gens à bonne distance. Amoureuse de l'hiver, elle aime skier, glisser et... manger des randonneurs gelés. Elle désire par-dessus tout trouver le grand amour. Sa plus grande peur? Le manger quand elle le trouvera. Son plus grand défi? Trouver une nouvelle coupe de cheveux. Sa plus grande force: sa puissante odeur corporelle!







# Votre amitié est-elle en forme ?

Bien sûr que si ! Pour la rendre plus forte et plus saine, essaie ces exercices de musculation à répéter à deux. Tu ne trouveras rien de mieux pour t'entraîner avec ta BFF dans le plaisir.

## 1. Les pompes *high five*. Elles sont géniales pour développer le haut du corps.

Couchées sur le sol, face à face, soulevez votre corps en vous servant de vos bras seulement. Quand votre corps est bien haut, faites-vous un *high five* !

### Pointage

Comptez le nombre de pompes exécutées.

### Votre résultat...

**1 à 2 :** C'est bien parti !  
**3 à 5 :** Vous êtes fortes !  
**6 et + :** Trop fortes !



## 2. Les squats propulsés *high five*. Super exercice de flexion des jambes.

Face à face, faites un squat en abaissant les fesses comme pour vous asseoir sur une chaise, puis propulsez-vous le plus haut possible. Au sommet de votre saut, faites un *high five* !

### Pointage

Comptez le nombre de squats propulsés que vous arrivez à faire en même temps.

### Votre résultat...

**1 à 10 :** C'est bien parti !  
**11 à 15 :** Vous êtes fortes !  
**16 et + :** Trop fortes !

### 3. Les squats dos à dos. Super exercice de flexion des jambes et d'équilibre.

Placez-vous dos à dos, en laissant 50 cm d'espace entre vous deux. Faites un squat en même temps en abaissant lentement les fesses, jusqu'à ce que vous vous touchiez. Puis redressez-vous toutes les deux. Ne tombez pas l'une sur l'autre!

#### Pointage

Comptez le nombre de squats dos à dos que vous arrivez à faire en une minute.

#### Votre résultat...

**1 à 5:** C'est bien parti!

**6 à 10:** Vous êtes fortes!

**11 et +:** Trop fortes!

### 4. Les boucles enchaînées. Cet exercice de coordination est un excellent étirement du dos.

Debout, dos à dos avec ton amie, tiens un ballon. Penche-toi et passe le ballon entre tes jambes à ton amie. Elle doit ensuite te passer le ballon au-dessus de vos têtes. Puis inversez les rôles et faites la manœuvre en sens inverse.

#### Pointage

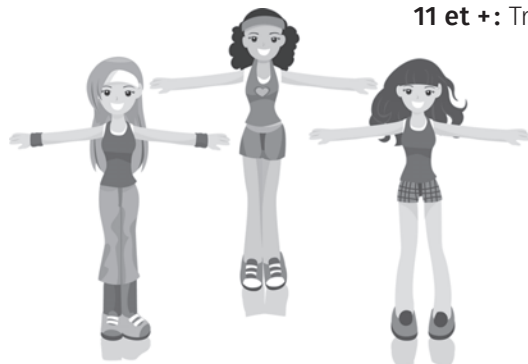
Comptez le nombre de boucles enchaînées que vous arrivez à faire.

#### Votre résultat...

**1 à 5:** C'est bien parti!

**6 à 10:** Vous êtes fortes!

**11 et +:** Trop fortes!



**5. Les rotations enchaînées.  
Super exercice pour la taille.**

Debout, dos à dos avec ton amie, tiens un ballon. Fais une rotation vers la gauche et passe le ballon à ton amie. Elle doit ensuite te le passer de la même façon de l'autre côté (vers ta droite). Puis changez de sens.

**Pointage**

Comptez le nombre de rotations enchaînées que vous arrivez à faire en même temps.

**Votre résultat...**

**1 à 10:** C'est bien parti!

**11 à 20:** Vous êtes fortes!

**21 et +:** Trop fortes!

**6. Les redressements assis.  
Génial exercice pour développer des abdos d'enfer.**

Couchées sur le dos, genoux fléchis, tes orteils doivent toucher ceux de ton amie. Contracte les muscles abdominaux et redresse-toi puis, mains au-dessus de la tête, tape dans les mains de ton amie qui a fait le même mouvement.

**Pointage**

Comptez le nombre de redressements que vous arrivez à faire en même temps.

**Votre résultat...**

**1 à 10:** C'est bien parti!

**11 à 15:** Vous êtes fortes!

**16 et +:** Trop fortes!



**7. Les descentes contrôlées.  
Un bon exercice pour renforcer  
les triceps (la partie supérieure  
du bras).**

Demande à ton amie de se placer en position pour faire un redressement assis. Assieds-toi en plaçant ton dos contre ses genoux fléchis. Place tes mains sur ses genoux et appuie-toi dessus pour soulever ton corps. Redescends à mi-chemin jusqu'au sol, c'est un mouvement! Quand tu as fini, inversez les rôles.

**Pointage**

Comptez le nombre de descentes contrôlées que vous arrivez à faire à tour de rôle.

**Votre résultat...**

- 1 à 2:** C'est bien parti!
- 3 à 5:** Vous êtes fortes!
- 6 et +:** Trop fortes!

**8. La brouette. Un super  
exercice pour le haut du corps!**

Demande à ton amie de se placer au sol, sur ses mains et ses genoux. Place-toi derrière elle et saisis ses jambes par les chevilles. Jambes et abdominaux tendus, ton amie doit « marcher » sur les mains: c'est elle la brouette! N'oubliez pas d'inverser les rôles.

**Pointage**

Minutez chaque performance. Combinez vos chronos.

**Votre résultat...**

- 10 à 60 secondes:** C'est bien parti!
- 1 à 2 minutes:** Vous êtes fortes!
- Plus de 2 minutes:** Trop fortes!

**9. Les fentes au ballon.**  
**Cet exercice fait travailler les jambes, tonifie le haut du corps et développe l'équilibre.**

Placez-vous face à face, à bonne distance l'une de l'autre. En tenant le ballon devant toi, exécute une fente avant en faisant un grand pas. Dépose ton talon d'abord, et plie le genou à 90 degrés. Ton genou devrait se trouver au-dessus de ta cheville (et non devant). En te redressant en position debout, fais une passe à deux mains, au niveau de la poitrine, à ton amie. En attrapant le ballon, celle-ci doit faire une fente arrière en déposant d'abord ses orteils, puis en pliant le genou à 90 degrés. À son tour, elle te renvoie le ballon de la même façon en se redressant. Changez de jambe à chaque attrapé.

## Pointage

Comptez le nombre de fentes que vous arrivez à faire en même temps.

### Votre résultat...

**1 à 5:** C'est bien parti!

**6 à 10:** Vous êtes fortes!

**11 et +:** Trop fortes!





# Pensez-vous vraiment pareil, toi et ta best ?

Essayez ce test d'association d'idées pour voir!

Lis le premier terme de la liste à ton amie. Chacune de votre côté, notez trois mots auxquels le terme vous fait penser. Ne dites pas tout de suite ce que vous avez écrit! Quand vous avez noté trois mots chacune, lis le deuxième terme de la liste.

- |                      |             |
|----------------------|-------------|
| 1. Pizza             | 14. Rêve    |
| 2. Rose              | 15. Impoli  |
| 3. Note              | 16. Bouton  |
| 4. Palme             | 17. Plage   |
| 5. Saut              | 18. Salive  |
| 6. Oreiller          | 19. Lave    |
| 7. Centre commercial | 20. Licorne |
| 8. Rouge             | 21. Short   |
| 9. Brute             | 22. Éclat   |
| 10. Pied             | 23. Lisse   |
| 11. Québec           | 24. Tricher |
| 12. Cacao            | 25. Voilier |
| 13. Pantoufle        |             |



## Pointage

Après avoir épluché toute la liste, comparez vos mots. Combien de mots identiques avez-vous notés? Accordez-vous un point pour chaque jumelage et cinq points de plus chaque fois qu'un terme vous a inspiré les trois mêmes mots. Additionnez ensuite vos scores pour connaître votre degré de complicité d'esprit.

### Votre résultat...

**0 à 25: Quoi?!** L'une de vous deux a-t-elle fait le test dans une autre langue?

**26 à 100: Vive la variété.** Vous êtes pas mal sur la même longueur d'onde, et vos différences ajoutent du piquant à votre amitié.

**101 à 175: Vous terminez les phrases de l'autre.** La plupart de vos amis vous prennent pour des jumelles. Comment s'en étonner? Votre pensée semble suivre le même fil. C'est bien pour ça que vous vous entendez si bien!

**175 à 200: Vous vous partagez le même cerveau.** Point.





# Le test des farfelues



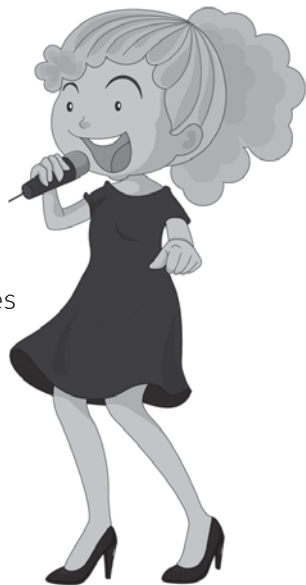
Laquelle de vous deux remporte la palme de l'absurde?  
Faites ce test séparément pour le savoir.

1. Une camarade de classe se moque de ta BFF. Comment réagit-elle?
  - a. Elle ne dit rien, mais fond en larmes.
  - b. Elle lui répond en caquetant comme une poule folle.
  - c. Elle se moque de la fille à son tour, bien sûr.
2. Ta BFF s'achète quelque chose de neuf pour la rentrée scolaire. Qu'est-ce que ce sera?
  - a. Des collants rayés.
  - b. Un t-shirt super confo.
  - c. Un accessoire qui ne passera pas inaperçu, comme un diadème ou un casque en papier d'aluminium.
3. Tu mets ton amie au défi de traverser la scène en courant pendant une assemblée générale de l'école.
  - a. Elle s'abstient.
  - b. Elle le fait!
  - c. Elle le fait après avoir enfilé une cape et des collants de Superman.
4. Combien de toutous ton amie a-t-elle?
  - a. Moins de 20.
  - b. Plus de 20.
  - c. Plus de 20, et chacun a un nom, une histoire et une voix qui lui sont propres.





5. Ton amie se met fréquemment à chanter...
  - a. dans la douche.
  - b. pendant un examen.
  - c. dans une chorale.
6. C'est un mardi comme les autres. Ta BFF serait-elle prête à se coiffer de ses antennes à ressorts?
  - a. Sûrement! Elle est très drôle quand elle les porte.
  - b. Pas question.
  - c. Oui, et elle les porterait avec son t-shirt à rayures noir et jaune.
7. Les gens disent que ta BFF est cinglée...
  - a. parce qu'il lui arrive d'être bruyante et de faire des niaiseries.
  - b. parce qu'elle passe ses samedis soir à attendre que son vaisseau vienne la chercher.
  - c. non, les gens ne disent jamais ça. Je ne suis pas sûre qu'ils oseraient.
8. Qu'est-ce qu'elle préfère?
  - a. Être le centre de l'attention.
  - b. Se cacher sous son lit.
  - c. Avoir la réputation d'être intelligente et capable.
9. Ton amie se met-elle dans le pétrin souvent?
  - a. Oui.
  - b. Non.
  - c. Oui, mais ce n'est pas elle. C'est sa jumelle diabolique.
10. Complète cette phrase: Quand elle sera grande, ton amie veut...
  - a. être célèbre pour sa collection de roches.
  - b. réussir.
  - c. être une brosse à toilette.



## Pointage

- |              |              |               |
|--------------|--------------|---------------|
| 1. a5 b10 c0 | 5. a5 b10 c0 | 9. a5 b0 c10  |
| 2. a5 b0 c10 | 6. a5 b0 c10 | 10. a5 b0 c10 |
| 3. a0 b5 c10 | 7. a0 b10 c5 |               |
| 4. a0 b5 c10 | 8. a5 b10 c0 |               |

## Son résultat...

**0 à 25: Ultra équilibrée.** Ta BFF est parfaitement normale. En fait, elle est tellement normale, tellement équilibrée à l'excès qu'elle est peut-être un peu timbrée. Tu pourrais intervenir en proposant une nuit blanche en pyjama, avec beaucoup de chocolat et ses tounes préférées pour danser.

**30 à 75: Timbrée.** Elle est comme un œuf légèrement craqué. Elle n'est pas folle, mais loge certainement du côté givré de la force. Suggère-lui de ne pas dire tout ce qui lui passe par la tête, à moins d'avoir envie de vivre dans une cellule aux murs coussinés!

**80 à 100: Complètement zinzin.** Ta BFF remporte la palme des cinglées! Tu passes ton temps à hocher la tête en étant témoin de toutes ses niaiseries. Heureusement pour toi, si ta BFF n'était pas là, ta vie serait bien trop normale et monotone!



# Es-tu miel ou jalapeño?

As-tu un tempérament doux ou plutôt piquant? Et ta BFF?  
Faites ce gentil test pour assaisonner votre amitié!

1. Que préfère ton amie?
  - a. Les ailes de poulet, sauce barbecue.
  - b. Les côtes levées, sauce à l'ail et au miel.
2. Qu'aurait-elle tendance à faire?
  - a. Demander de l'aide.
  - b. Aider quelqu'un.
3. Que préfère-t-elle?
  - a. Les dentelles et les rubans.
  - b. N'importe quoi en noir.
4. Les gens ont plutôt tendance à dire qu'elle a...
  - a. la langue bien pendue.
  - b. bon cœur.
5. Que préférerait-elle faire?
  - a. Des biscuits.
  - b. Une expérience scientifique.
6. Si elle avait un chien, il s'appellerait...
  - a. Peluche.
  - b. Sulli.
7. Elle trouve les farces...
  - a. hilarantes.
  - b. ridicules.
8. Sa princesse préférée est...
  - a. Fiona.
  - b. la Belle au bois dormant.



9. Quel surnom lui conviendrait le mieux?  
a. La petite peste.  
b. Le beau petit ange.
10. Elle aime que sa vie soit...  
a. paisible et prévisible.  
b. folle et délirante.
11. Quel est son mode de transport préféré?  
a. Ses pieds.  
b. Ses patins à roues alignées: pas de temps à perdre!
12. Elle préfère la musique...  
a. sur des paroles qui lui disent quelque chose.  
b. qui lui donne envie de bouger!



## Pointage

- |           |           |           |            |
|-----------|-----------|-----------|------------|
| 1. a10 b5 | 4. a10 b5 | 7. a10 b5 | 10. a5 b10 |
| 2. a5 b10 | 5. a5 b10 | 8. a10 b5 | 11. a5 b10 |
| 3. a5 b10 | 6. a5 b10 | 9. a10 b5 | 12. a5 b10 |

## Son résultat...

**60 à 75: Douce comme le miel.** Ta BFF est un cœur sur deux pattes. Elle aime les licornes et les fleurs, et c'est une amie loyale et aimante. C'est une ambassadrice de la paix et les gens aiment ses manières délicates.

**80 à 95: Chocolat et piment fort.** Ta BFF est tantôt sucrée, tantôt épicée: quelle formidable combinaison! Elle essaie de faire le bien, d'être une bonne amie et une chouette camarade de classe, mais elle succombe parfois à l'envie de casser le moule et de sortir des sentiers battus. La variété, c'est le sel de la vie!

**100 et +: Ayayay!** Ta BFF met de l'huile piquante sur sa pizza, du fudge sur sa crème glacée et de l'énergie dans ta vie! Partout où elle va, la température monte d'un cran. Sa tête déborde de bonnes idées et de mauvais coups, mais son attitude endiablée n'a d'égal que son grand cœur!



# Êtes-vous destinées à rester amies ?



Sers-toi de la liste ci-dessous pour additionner les valeurs numériques des lettres qui forment ton prénom.

Si la somme est un nombre à deux chiffres ou plus – par exemple, 23 – additionne les deux chiffres ( $2 + 3 = 5$ ) pour réduire le nombre à un seul chiffre. Si l'addition des deux chiffres donne encore un nombre supérieur à 9, additionne encore les deux chiffres jusqu'à ce que tu en obtiennes un seul. Ce dernier est ton chiffre magique.

A=1      I=9      Q=17      Y=25

B=2      J=10      R=18      Z=26

C=3      K=11      S=19

D=4      L=12      T=20

E=5      M=13      U=21

F=6      N=14      V=22

G=7      O=15      W=23

H=8      P=16      X=24

Ensuite, trouve le chiffre magique de ton amie. Additionne ton chiffre et le sien de la même façon que plus haut pour obtenir un seul chiffre.

Ce chiffre est votre facteur d'amitié. Il révèle l'avenir de votre amitié.

## Découvrez la signification de votre facteur d'amitié...

**1: Votre amitié est solide comme le roc.** Rien ni personne ne peut la briser. Tu as gagné le gros lot à la loterie de l'amitié!

**2: Votre amitié est vraiment géniale.**

Comme une paire de chaussures ou la confiture et le beurre d'arachide, vous fonctionnez mieux ensemble que séparées. Vous vous complétez comme le bleu et l'orange. Cette amitié est trop solide pour être brisée!



**3: Y a-t-il une autre amie dans ton cercle rapproché?**

Bien sûr! Ton cœur déborde d'affection, et rien n'est plus naturel à tes yeux que de l'ouvrir à d'autres amies. Pourquoi se priver quand on peut partager le plaisir à deux ou à trois?

**4: Un carré a quatre côtés.** C'est ce qui en fait l'une des formes géométriques les plus stables. Votre amitié l'est tout autant. N'oubliez pas de sortir du cadre de temps en temps: il n'y a rien comme la nouveauté pour arrondir les angles de votre relation et lui donner du pep!

**5: High five!** Cinq, c'est le chiffre de la

compétition et de la victoire. Ça résume assez bien votre amitié. Vous connaissez des hauts et des bas. Vous formez une équipe imbattable même si vous disputez parfois. Au bout du compte, vous ne perdez jamais de vue que votre amitié doit sortir gagnante.



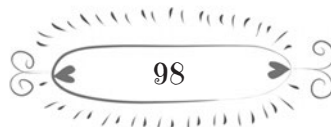
**6: Vous avez tant en commun!** Vous pensez pareil, vous vous comportez pareil. Vous aimez les mêmes vêtements et la même musique! Par contre, vous ne vous rejoignez pas toujours sur un plan plus personnel. Se pourrait-il que ton amie et toi soyez sur deux voies parallèles, qui ne se croiseront jamais?

**7: Le chiffre chanceux par excellence indique que votre amitié est bénie par la chance.** Elle vous promet toute une vie de plaisir. Ce n'est pas une raison de tenir votre amitié pour acquise! La chance peut tourner. Même les amitiés les plus prometteuses ne durent que si on les nourrit. Tenez-vous loin des potins. Des connaissances envieuses pourraient bien vous séparer.



**8: Le huit est le chiffre fou qui définit votre amitié.** Et votre amitié a de quoi vous rendre folles! Qu'est-ce qui vous attire chez l'autre? Vous êtes aussi différentes que la craie et le fromage, ou le jambon et les ciseaux! Vos différences sont votre meilleur atout: chacune apporte des talents et des goûts différents dans la relation. On ne sait comment, mais cette amitié étonnante est plus forte que vos différences. Savourez-la bien, parce que ce style d'amitié improbable ne dure pas toujours. Éclatez-vous pendant que ça dure.

**9: Votre amitié est-elle infinie, comme le cercle qui forme la boule du chiffre neuf?** Ou s'évanouira-t-elle au milieu de sa lancée, comme la queue du neuf? Impossible de le prédire. Votre amitié est comme un mystère. Elle fonctionne selon une logique qui lui est propre et suit ses propres règles. Va-t-elle durer ou s'étioler? L'avenir le dira.





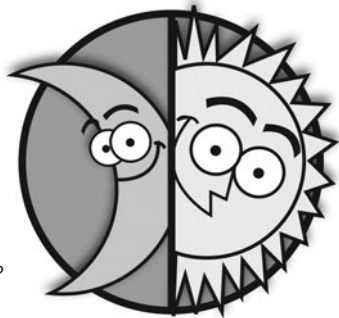
# Connais-tu bien ta meilleure amie ?

~ Test diamant ~

Réponds à chacune des questions suivantes au sujet de ton amie.  
Demande-lui d'y répondre aussi à ton sujet pour découvrir  
votre QMA (quotient de meilleures amies).

Qu'est-ce qu'elle préfère ?

1. Automne ou printemps ?
2. Soleil ou lune ?
3. Licornes ou trolls ?
4. Poilu ou soyeux ?
5. New York ou Paris ?
6. Aigle royal ou colombe ?
7. Jouer à la tag ou au ballon-chasseur ?
8. Wolverine ou Iron Man ?
9. Frisbee ou soccer ?
10. Bonhomme de neige ou ange dans la neige ?



11. Barbe à papa ou réglisse?
12. Faire des collages ou des colliers?
13. Un sprint de 50 m ou une course de 5 km?
14. Se lever tôt ou se coucher tard?
15. Dire la vérité ou prendre des risques?

## Pointage

Vérifiez vos réponses et accordez-vous un point pour chaque bonne réponse. La somme de vos deux pointages détermine votre QMA.

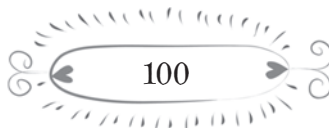
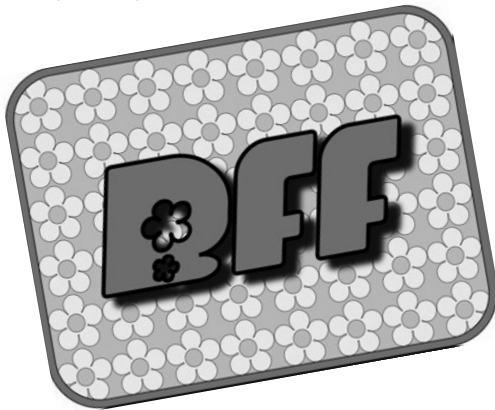
## Votre résultat...

**0 à 5: Allez-y: faites connaissance!**

**6 à 12: Délicieusement différentes et formidables ensemble!**

**13 à 24: Pouvez-vous lire les pensées de l'autre?**

**25 à 30: Des complices parfaites!**



# Savez-vous danser?

Pas besoin d'être une reine du disco pour aimer se défouler ou pour créer ta propre danse signature avec ta BFF.

Choisissez ensemble votre musique préférée. Apprivoisez d'abord certains pas de danse populaires en suivant les diagrammes proposés. Ajoutez ensuite votre touche personnelle pour produire un numéro de danse génial qui n'appartient qu'à vous!

**1. Le grapevine.** Avec ce pas de danse vraiment facile, vous ne voudrez plus quitter la piste de danse. Vous pouvez le jazzer un peu en ajoutant d'autres pas. Ne reste plus qu'à ajouter des mouvements de mains et d'épaules funky pour faire sensation et laisser votre marque!

Chaque « pas » est numéroté. Les chiffres indiquent l'ordre dans lequel tu dois déplacer chaque pied.

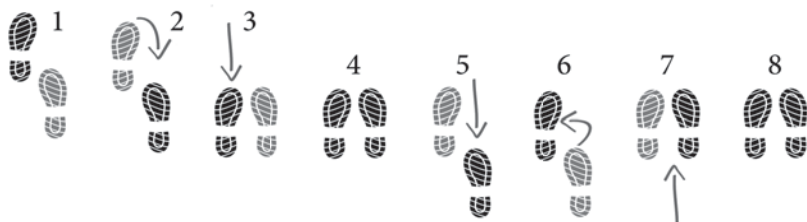
- 1) Déplace ton pied droit d'un pas vers la droite.
- 2) Croise ton pied gauche derrière ton pied droit.
- 3) Pied droit vers la droite!
- 4) Avance ton pied gauche à côté du pied droit pour compléter la série. Continue dans la même direction (jusqu'à ce que tu manques d'espace), puis inverse les mouvements des pieds pour repartir vers la gauche.



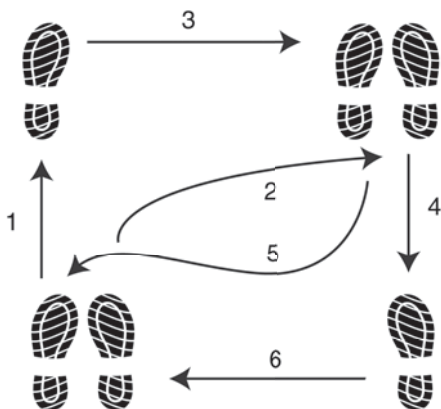
**2. Le mambo.** C'est le pas de danse latine par excellence, à la base de la salsa et de beaucoup d'autres danses latino-américaines. C'est le style parfait pour mettre du piquant sur la piste de danse et enflammer la soirée!

Exécutez la série de pas en vous plaçant face à face, de manière que l'une suive les pas de l'autre comme si elle dansait devant un miroir. Pour faire tourner les têtes, vous pouvez aussi l'intégrer à d'autres pas de danse, comme le grapevine.

- 1) Avance le pied gauche d'un pas.
- 2) Transfère ton poids sur le pied droit.
- 3) Ramène ton pied gauche vers l'arrière.
- 4) Marque un temps les pieds côte à côte.
- 5) Recule le pied droit d'un pas.
- 6) Transfère ton poids sur le pied gauche.
- 7) Ramène ton pied droit vers l'avant.
- 8) Marque un temps les pieds côte à côte, puis reprends l'enchaînement.

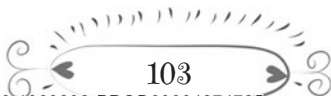


**3. La danse carrée.** Faites ce pas de danse en vous plaçant face à face, bras croisés et tenus devant vous. Tournez l'une sur l'autre en vous contournant par la droite (de manière que votre épaule droite touche presque l'épaule droite de l'autre). Votre corps reste tourné dans la même direction.



**Départ**

**4. La danse carrée «swinguez votre compagnie».** Face à face, tenez-vous par le coude droit et tournez en rond. Changez de côté et prenez-vous le coude gauche. Tournez en rond dans l'autre sens. Répétez autant de fois que vous le voulez!



**5. Le cancan.** Placez-vous côte à côte et faites chaque pas à l'unisson.

- 1) Faites un saut sur place en levant le genou gauche.
- 2) Retombez sur les deux pieds, puis levez le pied gauche devant vous le plus haut possible, comme pour botter un ballon.
- 3) Retombez sur les deux pieds, puis sautez sur place en levant le genou droit.
- 4) Retombez sur les deux pieds, puis levez le pied droit devant vous le plus haut possible. Répétez autant de fois que vous le voulez.



**6. La Macarena.** Cette danse chouchou des grandes réceptions est vraiment drôle quand tout le monde fait les pas à l'unisson. Pour l'apprendre, placez-vous, ton amie et toi, devant le miroir. Faites chaque mouvement du bras droit, puis du bras gauche, en maintenant chaque mouvement pendant deux temps. Comptez les numéros de mouvement à voix haute et voyez si vous arrivez à faire les mouvements à l'unisson. Quand vous êtes parfaitement synchro, faites les mouvements sur votre musique préférée! Inventez une variante en remplaçant certains mouvements par des gestes que vous avez inventés!

- 1) Étends le bras droit devant toi, paume vers le sol, puis le bras gauche.
- 2) Tourne la paume droite vers le haut, puis la paume gauche.
- 3) Place le bras droit devant ta poitrine, puis le bras gauche.
- 4) Place la main droite sur l'arrière de ta tête, puis la main gauche.
- 5) Place la main droite sur ta hanche gauche, puis ta main gauche sur ta hanche droite.
- 6) Place ta main droite sur ta fesse droite, puis ta main gauche sur l'autre fesse.
- 7) Plie tes genoux et agite les fesses à gauche, à droite, à gauche.
- 8) Sautte en faisant un quart de tour vers la droite. Reprends du début, et répète aussi longtemps que tu veux.



# Serez-vous amies pour la vie ?

Réponds **OUI** ou **NON** à chacune des questions suivantes.

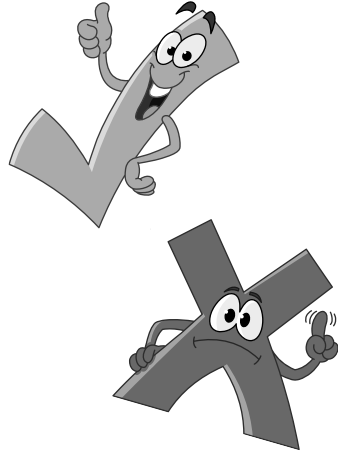
1. Mon amie et moi sommes deux grandes gueules: impossible de garder un secret!
2. Mon amie et moi partageons une foule d'intérêts communs.
3. Mon amie a une petite tendance égoцентриque: elle pense à elle avant de penser aux autres.
4. J'ai peur que mon amie se retourne contre moi.
5. Mon amie trouve toujours les bons mots pour me réconforter.
6. Mon amie est toujours gentille, même quand elle est de mauvaise humeur.
7. Il m'arrive d'être très jalouse de mon amie.
8. Mon amie me demande toujours de la conseiller ou de résoudre ses problèmes à sa place.
9. Mon amie est fiable à 100 %. C'est le genre de personne à qui je demanderais de nourrir mon poisson pendant mes vacances. Sans crainte!
10. Mon amie et moi avons une chose très importante en commun, mais sinon, on ne pourrait pas être plus différentes.





## Pointage

1. Oui 0 Non 10
2. Oui 10 Non 5
3. Oui 0 Non 10
4. Oui 0 Non 5
5. Oui 10 Non 0
6. Oui 10 Non 0
7. Oui 0 Non 10
8. Oui 0 Non 5
9. Oui 10 Non 0
10. Oui 0 Non 10



## Ton résultat...

**5 à 30: Profites-en maintenant.** Certaines amitiés sont faites pour durer. D'autres sont formidables, mais seulement pour un certain temps. Ton amie et toi risquez d'emprunter des sentiers différents et de passer à autre chose un jour, mais ça ne veut pas dire qu'aujourd'hui, votre amitié n'est pas spéciale et merveilleuse.

**35 à 55: Accrochez-vous.** Pour entretenir et nourrir l'amitié, il faut y travailler fort et faire preuve de patience et de compréhension. À vous deux, vous tenez la base: la confiance, l'empathie et le plaisir. Moyennant un peu d'huile de coude, votre amitié pourrait bien fleurir pendant de longues années.

**60 à 90: Comme les deux doigts de la main.** Vous partagez tant de choses: des rires, l'écoute, la franchise et des aventures. Vous vous encouragez mutuellement à donner le meilleur de vous-mêmes et vous réjouissez du succès de l'autre. C'est la recette pour rester meilleures amies pour la vie. Donne-toi une tape dans le dos, puis donnes-en une dans le dos de ta BFF!

# Qu'est-ce qui vous trotte dans la tête ?

À quoi penses-tu ? À quoi ton amie pense-t-elle ?  
Divisez le cerveau ci-contre comme une tarte et indiquez les principaux sujets qui occupent vos pensées !  
Voici une liste d'idées. Ajoute les tiennes !

- les vêtements
- les devoirs
- la pizza
- les jeux vidéo
- la paix dans le monde
- les gars
- ta vie sociale
- les lunchs
- la mousse de nombril
- les théories du complot
- les chatons
- l'organisation de la prochaine soirée pyjama
- les tests sur l'amitié
- les zombies
- la musique



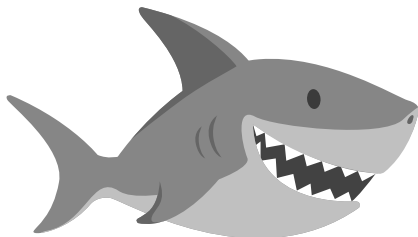


# Bof ou ark?

Parcours la liste ci-dessous. Quel effet les images suggérées ont-elles sur toi? Tu bayes aux corneilles ou tu frémis de dégoût?

Pour connaître ton profil de peureuse, cote chaque élément de la liste avec les mots clés *Bof* ou *Ark!* Compare ton résultat avec celui de ta BFF et voyez laquelle de vous deux est la pire poule mouillée!

1. Une limace qui se balade sur ta peau nue.
2. Des araignées. De vraies grosses araignées velues.
3. Un chien qui a la rage.
4. Prononcer un discours.
5. Du camping. Avec des ours.
6. Les hauteurs.
7. La maison hantée sur la colline.
8. Une boue non identifiée qui monte dans ton sous-sol.
9. Des guêpes. Des centaines de guêpes.
10. L'apocalypse des zombies.
11. Une invasion d'extraterrestres.
12. Des rats.
13. Te retrouver coincée dans un endroit très petit et très noir.
14. Nager dans des eaux infestées de requins.



15. Marcher dans un cimetière la nuit.
16. Une tonne de devoirs d'anglais.
17. Un saut en bungee!!!!!!
18. Des sangsues. Le genre qui sort de l'eau pour se trouver un repas.
19. Faire un examen auquel tu ne t'es pas préparée.
20. Un vampire dans ta chambre, sur le point de te croquer la gorge.



## Pointage

Accorde-toi un point pour chaque Ark!

## Ton résultat...

**0 à 5:** La glace coule dans tes veines.

**6 à 10:** Tu es très relax.

**11 à 14:** Calme-toi!

**15 à 20:** Poule mouillée!

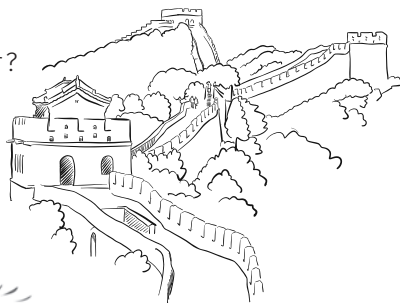
# À quelle pionnière ta best ressemble-t-elle ?

Réponds aux questions suivantes concernant ton amie.  
Découvre à quelle pionnière célèbre elle ressemble, et pourquoi !

1. Qu'est-ce qui motive le plus ta BFF ?
  - a. La célébrité ou le pouvoir. > Va à la question 2.
  - b. L'aventure. > Va à la question 3.
  - c. La curiosité. > Va à la question 4.
  - d. La justice. > Va à la question 9.
2. Qu'est-ce qui décrit le mieux ta BFF ?
  - a. Elle a un petit côté diva. > Va à la question 6.
  - b. Elle est déterminée et travaille fort. > Va à la question 7.
3. Ta BFF est plutôt portée vers...
  - a. les sciences. > Va à la question 11.
  - b. les arts. > Va à la question 5.
4. Que préfère ta BFF ?
  - a. La nature. > Va à la question 8.
  - b. Les chiffres. > Va à la question 11.
5. Ta BFF préfère...
  - a. la vie à la campagne. > Elle est EMILY CARR.
  - b. la vie en société. > Elle est LUCY MAUD MONTGOMERY.



6. Qu'est-ce qui ressemble le plus à ta BFF ?
- La mode avant tout. > Elle est COCO CHANEL.
  - L'exploration de nouveaux territoires. > Va à la question 10.
  - La mode et le pouvoir, tiens. > Va à la question 12.
7. Ta BFF est plutôt...
- sportive. > Elle est HAYLEY WICKENHEISER.
  - littéraire. > Elle est LUCY MAUD MONTGOMERY.
8. Que préférerait ta BFF ?
- Travailler avec des gens. > Va à la question 9.
  - Travailler avec des extraterrestres. > Elle est ROBERTA BONDAR.
  - Travailler avec des animaux. > Elle est JANE GOODALL.
9. Est-ce que ta BFF préfère...
- se retrouver au cœur de l'action ? > Elle est HARRIET TUBMAN.
  - être l'intermédiaire, la communicatrice de talent ? > Elle est THÉRÈSE CASGRAIN.
10. Ta BFF est-elle plutôt...
- aventureuse ? > Elle est TAQULITTUQ.
  - attentionnée ? > Elle est IRMA LEVASSEUR.
11. Que préfère ta BFF ?
- Les jeux vidéo. > Elle est GRACE HOPPER.
  - Les casse-tête. > Elle est HYPATIE.
12. Quel pays ta BFF préférerait-elle visiter ?
- L'Égypte. > Elle est CLÉOPÂTRE.
  - La Chine. > Elle est WU ZETIAN.



## Que signifie la personnalité publique qui correspond à ta BFF..

**Roberta Bondar** a été la première femme astronaute. Si ta BFF est comme Roberta Bondar, elle n'a pas peur des nouvelles expériences. Elle aime prendre des risques et plusieurs voient en elle une meneuse. C'est une bonne coéquipière et les gens l'aiment. Beaucoup.

**Emily Carr** était une artiste-peintre canadienne qui, par son style unique, est devenue une icône nationale. Si ta BFF est comme Emily Carr, c'est une innovatrice en avance sur son époque. Elle devra peut-être surmonter certains obstacles pour réaliser ses rêves, mais une visionnaire de sa trempe arrive toujours à trouver le chemin de la réussite!

**Thérèse Casgrain** était une féministe, une politicienne et une militante canadienne. Elle a joué un rôle déterminant dans l'obtention du droit de vote pour les Québécoises. Si ta BFF est comme Thérèse Casgrain, elle sait ce qu'elle veut et elle fait ce qu'il faut pour l'obtenir. Elle n'hésitera pas à se battre pour défendre ses convictions et ne laissera personne lui barrer la route.

**Coco Chanel** était une créatrice de mode influente. Elle a inventé le prêt-à-porter, c'est-à-dire le commerce de vêtements tout faits... prêts à porter! Si ta BFF est comme Coco Chanel, elle affiche un style sans pareil et sait instinctivement comment tirer profit d'une garde-robe. Elle adore les magazines de mode, les présentations de collection et les tendances. Elle n'aimerait rien de plus que de devenir elle-même une créatrice de mode!

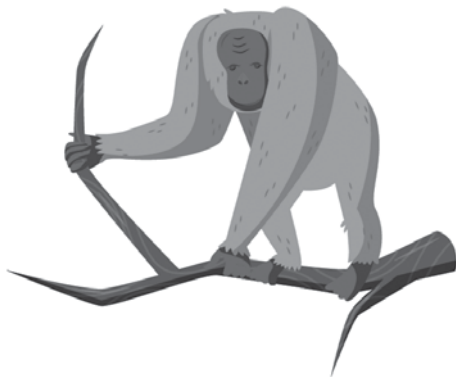




**Cléopâtre** a été la dernière souveraine d'Égypte. Elle était aussi une diplomate, une stratège et une héroïne romantique célèbre. Si ta BFF est comme Cléopâtre, elle peut avoir le monde à ses pieds. Elle a des forces insoupçonnées et une aptitude remarquable à lire les gens et à se faire aimer d'eux. Elle a aussi un grand sens des responsabilités et ferait une excellente gardienne d'enfants!



**Jane Goodall** est une primatologue britannique qui a consacré 45 ans de sa vie à étudier les chimpanzés en Afrique. Si ta BFF est comme Jane Goodall, elle adore les animaux et les gens, et se préoccupe beaucoup de l'environnement. Elle possède une grande force de caractère et adopte une approche de la vie qui ne peut que lui réussir.



**Grace Hopper** était une informaticienne américaine et une contre-amirale au sein de la marine américaine. Ses travaux ont mené à l'invention du COBOL, l'un des premiers langages informatiques. Si ta BFF est comme Grace Hopper, elle est bonne en maths et en sciences, en plus d'avoir un esprit très logique. Elle aime résoudre des problèmes et créer des choses. Elle est très soignée et ordonnée!

**Hypatie** était une philosophe et une mathématicienne de la Grèce antique. Elle a aussi été la première astronome. Elle dirigeait également la célèbre École d'Alexandrie, où elle enseignait aux plus grands intellectuels de l'époque. Si ta BFF est comme Hypatie, elle excelle à expliquer les choses; elle est dotée d'un esprit vif et d'un talent inné pour inspirer les gens. Elle sait aussi comment porter une toge!

**Irma Levasseur** a été la première femme québécoise à devenir médecin. Elle a aussi cofondé l'Hôpital Sainte-Justine, à Montréal, et l'Hôpital de l'Enfant-Jésus de Québec. Si ta BFF est comme Irma Levasseur, elle est animée d'un désir sincère d'aider les autres. Douée d'un esprit logique et très pratique, elle préfère les actions aux paroles. Et elle déborde d'énergie!



**Lucy Maud Montgomery** était une écrivaine canadienne. Sa série de romans *Anne... la maison aux pignons verts* est l'une des plus aimées de tous les temps. Si ta BFF est comme Lucy Maud Montgomery, elle est créative, ascendant espiègle! Même si elle est ambitieuse, elle n'est pas super à l'aise quand elle se retrouve sous les feux de la rampe. Elle préfère observer les choses depuis les coulisses. Elle est très loyale envers ses amis et se montre incroyablement persévérante.

**Taqlittuq** était une guide inuite et une exploratrice qui a aidé des explorateurs européens dans l'Arctique. Grâce à son talent de chasseuse du Nord, ceux-ci ont pu survivre malgré des conditions périlleuses. Si ta BFF est comme Taqlittuq, elle est sage et courageuse, et elle aime voyager. Les gens et la nouveauté l'intéressent beaucoup. Elle est toujours la première à essayer de nouveaux aliments et de nouvelles modes. Elle excelle aussi à raconter des histoires!

**Harriet Tubman** était une militante abolitionniste américaine. Elle a été une des grandes « conductrices » du chemin de fer clandestin. Elle a conduit plus de 300 esclaves américains jusqu'au Canada et la liberté. Si ta BFF est comme Harriet Tubman, elle est intrépide, intelligente et brave. Elle se préoccupe beaucoup des autres et veut contribuer à rendre le monde meilleur pour tous. Elle sait se faire une opinion des choses et ne se laisse pas facilement influencer.

**Hayley Wickenheiser** est la première hockeyeuse canadienne professionnelle à avoir joué comme attaquante. Avec l'équipe nationale féminine de hockey, elle a remporté quatre médailles d'or et une médaille d'argent aux Jeux olympiques, en plus d'être désignée deux fois joueuse la plus utile à son équipe. Elle est considérée comme la plus grande joueuse de hockey dans le monde. Si ta BFF est comme Hayley Wickenheiser, elle est forte, intelligente et polyvalente. Quand elle décide de faire quelque chose, rien ni personne ne peut l'en empêcher!



**Wu Zetian** a été la seule impératrice chinoise. Son règne a marqué l'une des périodes les plus paisibles et diversifiées sur le plan culturel de toute l'histoire de la Chine. Si ta BFF est comme Wu Zetian, c'est certainement une meneuse. Les gens adorent la fréquenter, même si elle a mauvais caractère. Elle est très fiable et loyale envers les gens qui le méritent à ses yeux.



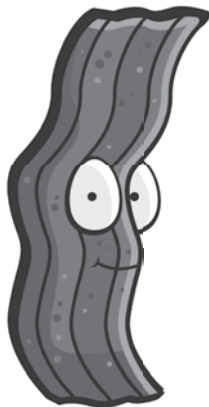
# Choisir entre deux maux... encore



Lequel choisirais-tu? Et que choisirait ta meilleure amie?  
Comparez vos réponses pour voir à quel point  
vous vous ressemblez.

Si tu avais à choisir entre deux maux, lequel te semble le moins pénible?

1. Te retrouver sans chaussures ou sans papier de toilette?
2. Avoir un coup de soleil ou une engelure?
3. Passer une journée dans un nid de couleuvres ou une nuit dans une maison hantée?
4. Souffrir d'une grosse gastro ou prendre soin d'une amie qui souffre d'une grosse gastro?
5. Ne plus pouvoir lire ou ne plus pouvoir écrire?
6. Te retrouver coincée dans un placard ou incapable d'entrer chez toi?
7. Manger de la crème glacée à saveur de bacon ou des ailes de poulet « feu à la bouche » super épicées?
8. Vivre sans amis ou vivre sans argent?
9. Jeûner toute une journée ou manger un plat de larves sautées?



10. Avoir une tonne de devoirs toute la semaine ou congé de devoirs tout la semaine, mais un gros examen le vendredi?
11. Avoir des poux ou le pied d'athlète (une sorte de champignon)?
12. Passer une journée sans parler ou une journée sans manger?
13. Tenir un scorpion dans ta main ou être poursuivie par un tigre affamé?
14. Avoir plus de frères et sœurs ou n'en avoir aucun?
15. Pouvoir anticiper l'avenir ou lire dans les pensées des gens?
16. Affronter une colonie de fourmis meurtrières ou un essaim d'abeilles tueuses?
17. Utiliser un bâton sauteur sur la glace ou une planche à neige dans la gadoue?
18. Te retrouver sur la trajectoire d'un tsunami ou d'une éruption de lave?
19. Ne plus pouvoir sortir dehors du reste de ta vie ou ne plus pouvoir rentrer à l'intérieur?
20. Avoir le mal de mer ou être en peine d'amour?



## Pointage

Accordez-vous un point pour chaque réponse pareille.

### Votre résultat...

**0 à 6:** Entre faire ce test et autre chose... vous feriez n'importe quoi!

**7 à 14:** Entre vous deux... il y a des différences, mais pas tant que ça.

**15 à 20:** Entre nous... vous êtes vraiment sur la même longueur d'onde!



Que  
préfères-tu?



# Une histoire trouée pour rigoler

Lis cette histoire à voix haute. Complète les phrases selon les consignes fournies. N'oublie pas de laisser ton amie lire ton histoire à son tour!

Quand \_\_\_\_\_ (le nom de ta BFF) s'est réveillée ce matin-là, elle n'était pas dans son assiette. Elle a repoussé ses couvertures. Ses pieds étaient \_\_\_\_\_ (un adjectif).

Sa peau était \_\_\_\_\_ (un adjectif). Elle s'était transformée en \_\_\_\_\_ (un animal)!

Elle s'est levée et a \_\_\_\_\_ (un verbe) jusqu'à la cuisine. Quand sa famille l'a aperçue, ils ont \_\_\_\_\_

(le cri d'un animal). « \_\_\_\_\_ ! » (le nom de ta BFF)

« T'as l'air \_\_\_\_\_ ! » (le goût de ton aliment préféré)

« Merci », a-t-elle répondu. Puis elle a \_\_\_\_\_ (un verbe).

À l'école, tout le monde a \_\_\_\_\_ (un verbe) en la

voyant. On n'en revenait pas qu'elle se soit transformée en \_\_\_\_\_ (le même animal) Elle se retrouvait tout à coup

la fille la plus \_\_\_\_\_ (un adjectif) de l'école!

Au cours d'arts plastiques, elle a réussi à peindre le plus beau dessin grâce à sa/son \_\_\_\_\_ (une partie du corps de l'animal).

Au cours d'éducation physique, elle était la star du/de la \_\_\_\_\_ (un sport).

À la cafétéria, elle a étonné tout le monde en mangeant avec sa \_\_\_\_\_ (une partie du corps de l'animal). C'est à ce moment que \_\_\_\_\_ (ta directrice ou ton directeur d'école) est arrivé(e). \_\_\_\_\_ (ta BFF) était teeeeeeeellement \_\_\_\_\_ (un sentiment)!

La directrice (ou le directeur) a dit: « \_\_\_\_\_! » (ce que dirait un médecin)

Alors \_\_\_\_\_ (ta BFF) est rentrée chez elle en rampant sur sa/son \_\_\_\_\_ (une partie du corps de l'animal). Elle s'est couchée et a \_\_\_\_\_ (un verbe) pour s'endormir. Lorsqu'elle s'est réveillée le lendemain matin, elle était soulagée de constater, en regardant ses jambes, qu'elle n'était plus une/un \_\_\_\_\_ (le même animal).

Sauf que devant le miroir de la salle de bain, un autre choc l'attendait. Son nez était devenu un/une \_\_\_\_\_ (légume)!





# Vois-tu ce que je vois ?

Examine cette tache. Vois-tu un animal ?  
Ton amie en voit-elle un ?



## Pointage

Cette activité s'inspire du fameux test utilisé lors d'expériences en psychologie. On l'appelle le test de Rorschach et il sert à évaluer la personnalité et l'état émotionnel des gens.

### Ce que révèlent vos réponses à votre sujet...

**Si vous avez répondu OUI toutes les deux...** Ton amie et toi êtes normales. Sans blague. Vous l'êtes.

**Si vous avez répondu NON toutes les deux...** Ayoye. Êtes-vous certaines d'être de la race humaine? Vous ne seriez pas nées de pères androïdes et de mères gnous par hasard? Cachez-vous d'autres pattes que celles qu'on voit? Vous êtes l'une et l'autre tellement singulières que la GRC fait circuler des affiches avec votre photo et la mention «Recherchée – Connaissez-vous cette espèce?»

**Si l'une de vous a répondu OUI alors que l'autre a répondu NON...**

Vous devriez vous surveiller. ELLE pourrait bien se transformer en chat sous ton nez. ELLE pourrait voler tes chaussettes. En tout cas... on se comprend.



# Connais-tu bien ta meilleure amie ?

~ Test émeraude ~

Réponds à chacune des questions suivantes au sujet de ton amie.  
Demande-lui d'y répondre aussi à ton sujet.

Qu'est-ce qu'elle préfère ?

1. Hoodie ou jolie veste ?
2. T-shirt ou col roulé ?
3. Mini-jupe ou pantalon de yoga ?
4. Couleurs vives ou noir ?
5. Béret ou casquette ?
6. Dernier cri ou indémodable ?
7. Motifs abstraits ou uni neutre ?
8. Mélangé ou assorti ?
9. Longueur cuisse ou genou ?
10. Talons ou ballerines ?
11. Bracelets ou boucles d'oreilles ?
12. Bandeau ou queue de cheval ?
13. Foulard ou ceinture ?
14. Classique ou glamour ?
15. Veste ou tricot ?



## Pointage

Vérifiez vos réponses et accordez-vous un point pour chaque bonne réponse. La somme de vos deux pointages détermine votre QMA (quotient de meilleures amies).

### Votre résultat...

**0 à 5: Vive la différence!** Même si vous ne partagez pas les mêmes goûts vestimentaires, vous vous entendez pour dire que votre amitié est magnifique!

**6 à 12: Sœurs de style.** Votre amitié ne passera jamais de mode.

**13 à 24: Accord absolu.** Votre amitié devance les tendances.

**25 à 30: Tenues parfaites.** Vous allez bien ensemble, à tous les points de vue!



# Princesse, paysanne ou bouffonne?

Laquelle de vous deux est la reine du palais?  
Et qui est la polissonne? Faites ce test séparément,  
puis comparez vos réponses pour découvrir laquelle  
de vous deux a le profil royal, paysan ou bouffon.

1. Tu préférerais...
  - a. nettoyer une toilette.
  - b. nettoyer un diamant radioactif.
  - c. nettoyer un enclos de zoo.
2. Tu préférerais obtenir un billet pour...
  - a. un spectacle sur Broadway.
  - b. un match de hockey au centre Bell.
  - c. un congrès d'humoristes.
3. Qui préférerais-tu rencontrer?
  - a. Shawn Mendes.
  - b. La princesse Meghan Markle.
  - c. Tigrou.
4. Où aimerais-tu habiter?
  - a. À Disney World.
  - b. À Monte-Carlo.
  - c. Dans un chalet en forêt.
5. Comment décrirais-tu ton pyjama?
  - a. Rose bonbon.
  - b. Pratique.
  - c. À motifs de sushis.



6. On soupe! Tu sers...
- a. des hamburgers et des frites.
  - b. des sloppy joe.
  - c. du caviar.
7. À l'école, on parle de toi comme...
- a. une bollée.
  - b. un pot de colle.
  - c. une vraie folle.
8. Récré! À quoi joues-tu surtout?
- a. Au ballon-chasseur.
  - b. À la tag.
  - c. Au soccer.
9. Quel animal préfères-tu?
- a. Les chatons sont trop cuuutes!
  - b. Les p'tits chiens sont trop cuuuutes!
  - c. Les gnous sont trop cuuuuuutes!
10. Quelles sont tes fleurs préférées?
- a. Les marguerites.
  - b. Les roses.
  - c. Les tulipes.



## Pointage

1. a1 b5 c10
2. a5 b1 c10
3. a1 b5 c10
4. a10 b5 c1
5. a5 b1 c10
6. a1 b10 c5
7. a5 b1 c10
8. a5 b1 c10
9. a5 b1 c10
10. a10 b5 c1



## Ton résultat...

**10 à 49: Paysanne.** Tu es une fille ben ordinaire et fière de l'être.

**50 à 70: Princesse.** Une vraie majesté, ma chère!

**70 et +: Bouffonne.** On s'ennuierait solide sans toi!



# Concours de cinglées (réservé aux BFF!)

On ne dit jamais non à une petite compète amicale, surtout quand il y a deux gagnantes! Essayez les activités proposées ci-dessous. Décidez ensemble selon quels critères vous désignerez la démonstration la plus «réussie» et la démonstration la plus «drôle».

1. Laquelle peut faire le plus de «jumping jacks» sans s'arrêter?
2. Laquelle arrive le mieux à loucher?
3. Laquelle tient le plus longtemps sur la tête?
4. Laquelle peut faire le plus grand nombre de culbutes ou de saltos d'affilée?
5. Laquelle peut faire le plus grand nombre de redressements assis?
6. Laquelle arrive à lancer une poche de sable (une petite!) le plus loin?





7. Laquelle peut écrire son nom le plus joliment?
8. Laquelle peut dessiner le plus bel éléphant?
9. Laquelle arrive à faire le son plus drôle?
10. Laquelle peut pousser la note la plus haute?
11. Laquelle est la plus hyperflexible?
12. Laquelle peut sauter à la corde à toute vitesse le plus grand nombre de fois d'affilée?
13. Laquelle peut crier le plus fort?
14. Laquelle peut faire craquer le plus grand nombre de jointures?
15. Laquelle peut faire la meilleure face de singe?



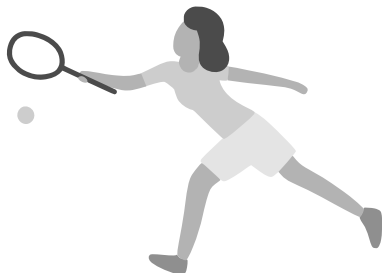
# À quelle sportive célèbre ta best ressemble-t-elle ?

Pour être une star du sport, il faut plus que du talent.  
Il faut aussi du cran, de la détermination et du style.  
Quelle héroïne du sport ressemble le plus à ta BFF?  
Fais le test!

1. Qu'est-ce que ta BFF dirait le plus naturellement?
  - a. Faut que ça roule. > Va à la question 2.
  - b. P'tit train va loin. > Va à la question 3.
2. Ta BFF sait maintenir sa motivation au top.
  - a. Vrai. > Va à la question 4.
  - b. Faux. > Va à la question 5.
3. Ta BFF est plus heureuse quand elle travaille...
  - a. seule. > Va à la question 6.
  - b. en groupe. > Va à la question 7.
4. Quel qualificatif décrit le mieux ta BFF?
  - a. Déterminée. > Elle est CHARMAINE CROOKS, cinq fois olympienne en athlétisme.
  - b. Polyvalente. > Elle est CLARA HUGHES, médaillée en cyclisme ET en patinage de vitesse.
5. Ta BFF préférerait...
  - a. une escapade sur les routes. > Elle est DANICA PATRICK, pilote automobile en série NASCAR.
  - b. une escapade en voile. > Elle est SILKEN LAUMANN, rameuse olympique.



6. Quelle forme représente le mieux ta BFF ?
- a. Une ligne droite. > Elle est SERENA WILLIAMS, championne de tennis et athlète féminine la mieux payée au monde.
  - b. Un cercle. > Elle est JOANNIE ROCHETTE, patineuse artistique multimédaillée.



7. Ta BFF est plutôt...
- a. été. > Elle est CHRISTINE SINCLAIR, capitaine de l'équipe nationale canadienne de soccer féminin.
  - b. hiver. > Elle est MARIE-PHILIP POULIN, membre de l'équipe nationale canadienne de hockey féminin.

## Ta BFF est...

**Charmaine Crooks.** Elle est dans la course pour le titre de la fille la plus chouette et la meilleure BFF de toutes les galaxies. Elle est très déterminée. Aucun obstacle n'est trop intimidant pour elle, et rien ne l'empêchera d'aller où elle veut. Personne ne peut la qualifier de branleuse!

**Clara Hughes.** La polyvalence, elle connaît. Ta BFF est bonne dans tout! Elle est aussi intelligente et sait comment déjouer les coups.

**Silken Laumann.** Elle sait manier le discours et ne manque pas de charme. Elle est tout de même sensible et se froisse facilement. Quand ça ne va pas, ça ne dure pas. Pour elle, la vie, c'est tout sauf un rêve.

**Danica Patrick.** Ta BFF ne manque ni d'énergie ni d'ambition. Quand elle écrase le champignon, ses adversaires mordent la poussière. Elle doit faire preuve de prudence, toutefois, si elle ne veut pas manquer de carburant. Rappelle-lui de lever le pied de temps en temps pour refaire le plein d'énergie.

**Marie-Philip Poulin.** Ta best est plutôt cool. Imperturbable lors d'une crise, elle sait garder les yeux sur le but qu'elle poursuit. Persévérante comme pas une, elle ne lâche pas le morceau facilement.

**Joannie Rochette.** Ta BFF trouve toujours une entourloupette pour résoudre n'importe quel pépin, qu'il s'agisse d'un problème de maths ou d'une crise de type « j'ai rien à me mettre ». Son optimisme et son sourire irrésistible donnent l'impression que tout est facile, mais ta BFF est une bûcheuse. Elle sait aussi comment tourner une bonne histoire.

**Serena Williams.** Quand ta BFF entre dans une pièce, on la remarque. Les gens l'aiment et veulent lui rendre service! Tant d'admiration ne lui monte pas à la tête et elle garde toujours les yeux sur la balle. Elle est aussi très ouverte d'esprit.

**Christine Sinclair.** Ta BFF est la meilleure compagnie qui soit. Elle sait comment s'amuser: envoie-lui une bonne idée et elle en fera des merveilles. C'est une vraie joueuse d'équipe et une meneuse populaire et débrouillarde.

# Choisis sa prochaine coupe de cheveux

Quel effet ça lui ferait, à ta best, une nouvelle tête?  
Aide-la à choisir son prochain look!

1. Elle préfère...
  - a. la simplicité. > Va à la question 2.
  - b. le glamour. > Va à la question 5.
  - c. le funky. > Va à la question 10.
  - d. s'amuser. > Va à la question 12.
  - e. les cheveux de n'importe qui, sauf les siens. > Va à la question 17.
2. Est-ce qu'elle est sportive?
  - a. Oui. > Va à la question 3.
  - b. Non. > Va à la question 4.
3. Aime-t-elle changer de tête de temps en temps ou est-elle toujours la même?
  - a. Vive le changement! > Elle devrait essayer le DOUBLE CHIGNON.
  - b. Toujours la même. > Elle devrait essayer le style COURT ET FRONDEUR!
4. Ses mèches sont-elles bouclées ou droites?
  - a. Bouclées. > Une COUPE AUX ÉPAULES lui donnera plus de possibilités.
  - b. Droites. > Qu'elle opte pour la QUEUE DE CHEVAL CLASSIQUE.
  - c. Quelque part entre les deux. > Va à la question 7.
5. Son style est-il soigné ou ébouriffé?
  - a. Soigné. > Va à la question 6.
  - b. Ébouriffé. > Va à la question 9.



6. Ses cheveux sont-ils longs ou courts?  
**a.** Longs. > Va à la question 7.  
**b.** Courts. > La RAIE DE CÔTÉ AVEC GEL, c'est le look qu'il lui faut!
7. On coupe ou on laisse les cheveux longs?  
**a.** Par ici les ciseaux! > Va à la question 8.  
**b.** Elle ne voudra jamais. > Alors qu'elle essaie la TRESSE FRANÇAISE!
8. Devance-t-elle les modes ou préfère-t-elle le style classique?  
**a.** Devance les modes. > Il lui faut une coupe ASYMÉTRIQUE.  
**b.** Style classique. > Il lui faut une COUPE AU CARRÉ.
9. Est-elle très féminine?  
**a.** Oh, que non! > Fais-lui des POINTES AU GEL.  
**b.** Je dirais que oui. > Laisse ses cheveux LONGS ET LIBRES.  
**c.** Oh, que oui! > Va à la question 16.
10. Ta BFF est-elle plutôt arts ou plutôt maths?  
**a.** Arts. > Va à la question 11.  
**b.** Maths. > Va à la question 12.
11. Préfère-t-elle la danse ou le théâtre?  
**a.** La danse. > Une TOQUE DE BALLERINE est son premier choix!  
**b.** Le théâtre. > Joue la carte dramatique avec une COLORATION ROUGE ROSE lavable.
12. Ses cheveux sont-ils frisés, bouclés ou raides?  
**a.** Frisés. > Va à la question 13.  
**b.** Bouclés. > Va à la question 14.  
**c.** Raides. > Va à la question 15.



- 13.** Aime-t-elle être le centre de l'attention ?
- a.** Surtout pas ! > Il lui faut des cheveux LONGS, PLUS LONGS, ENCORE PLUS LONGS !
  - b.** Toujours. > DEUX LULUS comme des oreilles haut perchées, c'est toujours rigolo.
- 14.** Ses cheveux sont-ils plutôt longs ou plutôt courts ?
- a.** Plutôt longs. > BEAUCOUP, BEAUCOUP DE PETITES TRESSSES qui dansent sur les têtes aux longs cheveux.
  - b.** Plutôt courts. > Une RAIE EN ZIGZAG et des mèches entortillées de rubans multicolores sont tout sauf tristes.
- 15.** Ses cheveux sont-ils épais ou plutôt fins ?
- a.** Épais et un peu grichou. > Une LONGUE TRESSE UNIQUE qui retombe sur le dos.
  - b.** Épais et lustrés. > Une coupe ultra-courte du style BROSSE FUNKY.
  - c.** Fins et soyeux. > Une coupe mi-longue avec une FRANGE lui ira parfaitement.
- 16.** Aime-t-elle le brillant ou le doux ?
- a.** Le brillant. > Ajoute des pinces à cheveux scintillantes et un mignon serre-tête DIADÈME.
  - b.** Le doux. > Noue une QUEUE DE CHEVAL SUR LA NUQUE à l'aide d'une énorme boucle de velours.
- 17.** Que reproche-t-elle à ses cheveux ?
- a.** Leur couleur. > Va à la question 18.
  - b.** Les damnées frisottis. > Sors le fer plat, puis essaie une DEMI-QUEUE DE CHEVAL.
  - c.** Ils sont trop fins. > Sors le fer à friser. Un CARRÉ ONDULÉ va la transformer.
  - d.** Ils ont l'air morts. > Va à la question 19.

- 18.** Veut-elle une teinte plus pâle, plus foncée ou une autre couleur ?
- a.** Une teinte plus pâle. > Essaie un TRAITEMENT AU JUS DE CITRON pour un look Boucle d'or naturel.
  - b.** Une teinte plus foncée ou plus rousse. > Essaie un traitement au HENNÉ pour obtenir un effet plus exotique.
  - c.** Une teinte différente! > Offre-lui la totale (ou un sac en papier brun) avec des MÈCHES MAUVES!
- 19.** Va-t-elle les faire couper ?
- a.** C'est sûr! > Va à la question 20.
  - b.** Aucune chance. > Fais-lui une MISE EN PLIS en utilisant quelques accessoires funky, comme des peignes et des chouchous, pour ajouter du style.
- 20.** Court comment ?
- a.** Au carré. > Une RAIE DE CÔTÉ SUR CHEVEUX DANSANTS!
  - b.** Super courts! > Fais RASER un côté en laissant le dessus et l'arrière ÉBOURIFFÉ.





## Ce que chaque style capillaire révèle de ton amie...



**Asymétrique.** C'est un esprit indépendant et original. Et énervé. Juste un peu.

**Beaucoup, beaucoup de petites tresses.** Elle est habile de ses dix doigts, particulièrement dans la confection de bracelets.

**Brosse funky.** C'est une fille pas compliquée qui sait tirer son épingle du grand jeu de la vie.

**Carré ondulé.** Elle a un tempérament changeant, tantôt serein tantôt énervé. Pas étonnant qu'on ne s'ennuie jamais auprès d'elle. Elle nage aussi comme une sirène.

**Coloration rouge rose.** Elle devance les tendances et reste toujours cool parmi les plus cool.

**Coupe au carré.** Elle ne s'en laisse pas imposer et elle aime l'aventure!

**Coupe aux épaules.** Cette fille est partout dans son élément et s'adapte à toutes les situations. Et tu pourras toujours pleurer sur son épaule!



**Court et frondeur.** Elle est vite sur ses patins, bonne en maths, en sports. Elle peut faire tout ce qu'elle a envie de faire.

**Demi-queue de cheval.** Elle est prudente et n'aime pas sauter aux conclusions. Elle considère toujours son verre comme étant à moitié plein.

**Deux lulus.** Elle adore faire rire les gens. Pourquoi ne pourraient-ils pas apprécier la vie autant qu'elle?



**Diadème.** Les diamants sont les meilleurs amis d'une fille, pas vrai? Et ton amie le mérite bien: elle est chaleureuse, gentille et merveilleuse!

**Double chignon.** Elle adore les pâtisseries, mais surtout les crêpes. Elle peut s'emporter, surtout quand elle a les nerfs en boule, mais ça ne dure jamais longtemps.

**Frange.** Elle est intelligente. C'est une fille rare, comme on en voit peu.

**Henné.** Le moins qu'on puisse dire, c'est que ce n'est pas une poule mouillée.

**Longs et libres.** C'est une romantique, et elle adore sa BFF!

**Longs, plus longs, encore plus longs!**

Elle ne craint pas de faire les choses à sa manière ni de dire aux autres qu'ils devraient faire comme elle!



**Longue tresse unique.** Elle a un côté vieux jeu avec sa loyauté, sa fiabilité et sa sensibilité. Pas étonnant que tu en aies fait ta meilleure amie!

**Mèches mauves.** Ton amie maîtrise parfaitement l'art d'avoir du plaisir. Attache ta tuque. Avec de la broche!



**Mise en plis.** Elle combine l'élégance indémodable et un regard moderne sur la vie. Elle sait comment tirer le meilleur parti des pires situations et faire de l'ordinaire un gâteau quatre étages.

**Pointes au gel.** Quand elle est dans les parages, attends-toi à des feux d'artifice! Elle n'a pas peur de ses opinions et n'hésite pas à les exprimer.



**Queue de cheval classique.** Elle adore les animaux, particulièrement les hippocampes et les chevaux à bascule. Elle recherche les activités sociales comme les sports, la randonnée en montagne et les épluchettes de blé d'Inde. Elle aime la musique country et ne se laisse jamais désarçonner par son entourage.

**Queue de cheval sur la nuque.** C'est une indécrottable romantique. Elle fond d'attendrissement devant un chaton ou un chiot aux grands yeux. Et les licornes! Elle adooooore les licornes. Elle rêve aussi de se réveiller un matin dans un roman comme *Anne... la maison aux pignons verts* ou *Prince noir*. Elle a une très belle main pour écrire des lettres d'amour ou d'adieux déchirants.

**Raie de côté avec gel.** Elle est sérieuse et déterminée à réussir. Y parviendra-t-elle? Bien sûr!





**Raie de côté sur cheveux dansants.**

Elle aime s'amuser et ne manque pas d'imagination. Elle ne boude jamais la piste de danse.

**Raie en zigzag.** Ton amie n'a pas peur de changer d'avis. Elle a une personnalité très déroutante.

**Rasé et ébouriffé.** Avec sa personnalité vive et excentrique, ta BFF est toujours au top, même au saut du lit.

**Toque de ballerine.** Avec elle, les pointes d'humour ne manquent pas.

**Traitement au jus de citron.** Les blondes s'amusez-elles plus que les autres? Oui, si elles sont toutes comme ta BFF.

**Tresse française.** Elle a un sens de l'humour très tordu.



# Avez-vous été séparées à la naissance? (Yé! On le refait!)

Aimes-tu les mêmes choses et penses-tu de la même manière que ta meilleure amie? Ou êtes-vous la preuve vivante que les contraires s'attirent? Pour le savoir, compte 1 (si tu n'aimes pas ou n'es pas d'accord), 2 (pour les trucs bof...) ou 3 points (si tu aimes ou es d'accord) pour chacun des éléments ou énoncés suivants. Invite ensuite ta BFF à faire de même.

1. Les fossiles marins
2. Le yogourt glacé
3. Je suis une excellente gymnaste.
4. Les cupcakes vanille-bacon
5. Jouer au bonhomme pendu
6. Lady Gaga
7. Je suis une athlète.
8. Les lunettes
9. La série Hunger Games
10. Les barrettes funky
11. Les têtes de mort



12. Les animaux en peluche
13. J'adore faire des expériences!
14. Les comédies romantiques
15. Les hamsters

16. Le skate
17. Jouer aux cartes
18. J'ai un odorat de chien.
19. L'odeur du popcorn au beurre
20. Les gars sont idiots
21. Les films de science-fiction
22. Des mèches mauves dans tes cheveux
23. Bâtir des forts dans la neige
24. Des bracelets à breloques
25. Des jeux vidéo d'aventures
26. Je fais preuve de délicatesse envers les gens.
27. Des crêpes pour souper
28. J'aime mieux avoir froid qu'avoir chaud.
29. Les piments jalapeño
30. Je m'entends bien avec moi-même; je ne m'ennuie pas quand je suis seule.
31. Les dauphins
32. Jouer au football
33. Les tuques de père Noël
34. Admirer les étoiles
35. Aller glisser
36. La cuisine en général
37. Faire des bijoux
38. Les betteraves
39. Les jupes
40. Le poisson
41. L'éclairage au néon
42. Je veux devenir écrivaine quand je serai grande.
43. Les casse-tête
44. La pêche
45. Je ne peux pas dormir dans un lit défait.
46. Les t-shirts ornés de personnages de dessins animés
47. Faire des films
48. J'aimerais avoir un chinchilla.
49. J'adore les maths.
50. La danse en ligne

## Pointage

Additionnez toutes vos réponses pareilles. Multipliez la somme par deux: si vous avez 12 réponses pareilles, par exemple, donnez-vous un score de 24 ( $12 \times 2 = 24$ ).

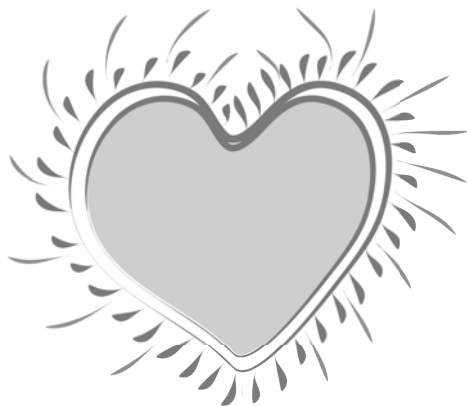
### Votre résultat...

**90 à 100: Jumelles identiques.** Y a pas de doute! Vous vous ressemblez tellement qu'on pourrait vous prendre pour des clones.

**50 à 88: Fausses jumelles.** Quand même, vous avez tant en commun... pas étonnant que vous soyez les meilleures amies du monde!

**20 à 48: Des âmes sœurs.** Vos différences respectives vous complètent mutuellement. En fait, elles sont le secret de votre grande amitié.

**0 à 18: Arrière-arrière-petites-cousines.** Vous n'êtes d'accord que sur une chose, et une seule: vous adorez être amies!





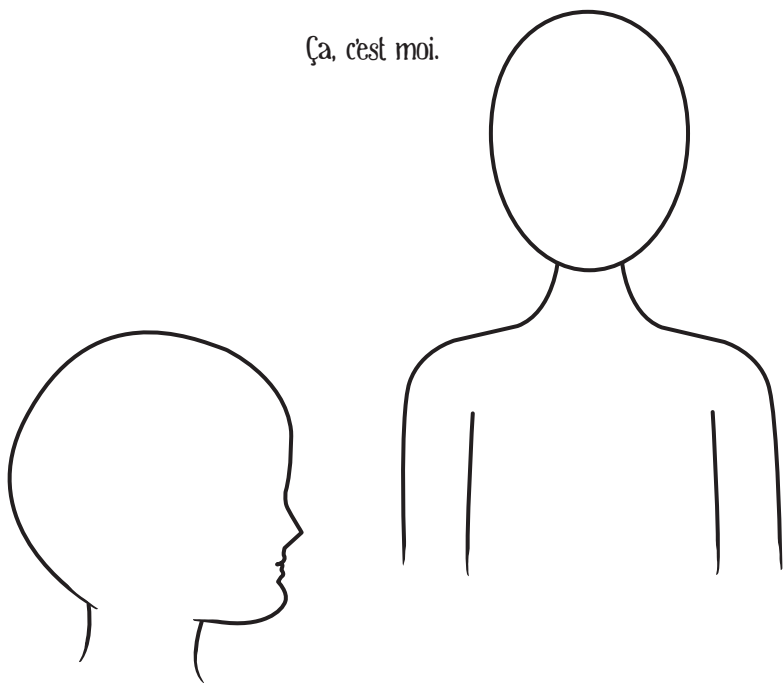
# Fais-moi un dessin



Ta best et toi, pensez-vous pareil? Dessinez-vous pareil?

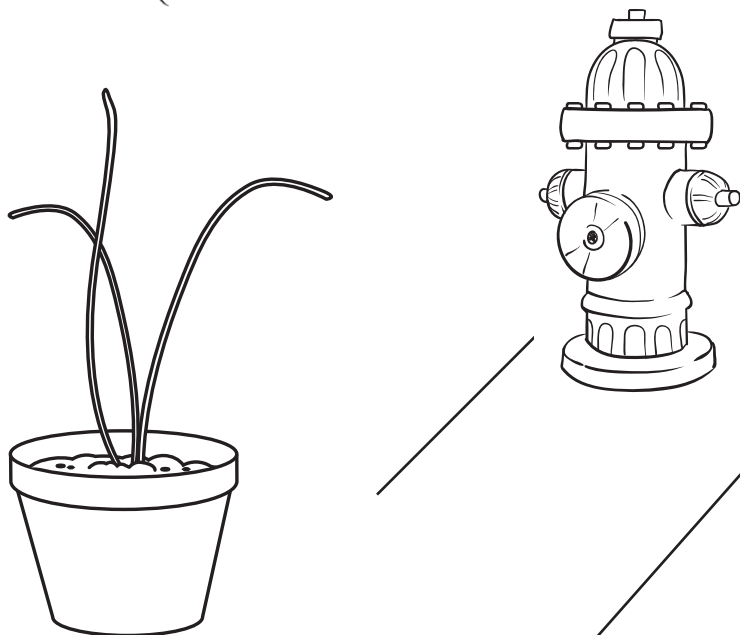
Voici quelques illustrations à compléter. Copie celles que tu veux sur deux feuilles, une pour toi et une pour ton amie. Puis complétez les dessins sans vous consulter. Vos portraits se ressemblent-ils? Qui de toi ou de ta BFF a fait le portrait le plus réaliste? Le plus coloré? Le plus niaiseux?

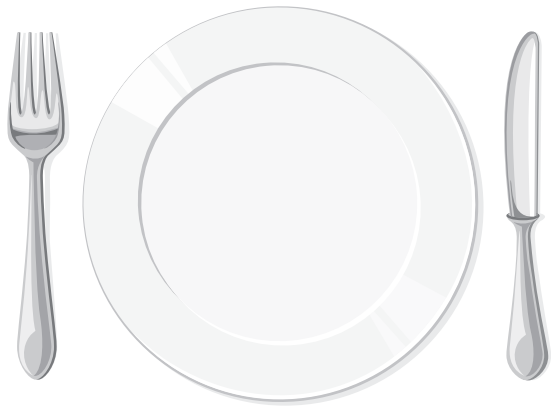
Ça, c'est moi.



C'est ma best.







# Loup-garou, vampire ou zombie ?

Vous êtes, l'une et l'autre, tout sauf normales. Tout le monde sait ça, mais êtes-vous monstrueuses ? Et si oui, quel type de monstre es-tu ? Et ton amie ? Fais ce test horrible pour découvrir la sinistre vérité.

1. Le matin, tu...
  - a. commences lentement, mais sûrement.
  - b. bondis hors de ton lit, prête à changer le monde.
  - c. n'es tellement pas réveillée que ton téléphone doit te réveiller au moins cinq fois.
2. Qu'est-ce qui te fait peur par-dessus tout ?
  - a. Un bouton. Un gros bouton dégueu.
  - b. Une rosette qui fait ce qu'elle veut.
  - c. Ne pas savoir quoi mettre.
3. Choisis une couleur de vernis à ongles.
  - a. Rouge pomme.
  - b. Noir tornade.
  - c. Vert lime.
4. Quel sport t'attire le plus ?
  - a. Le deltaplane.
  - b. L'ultramarathon.
  - c. Le touch football, dans la boue.
5. Tu dois faire une création artistique pour l'école. Que feras-tu ?
  - a. Quelque chose en argile.
  - b. Quelque chose qui scintille.
  - c. Quelque chose de doux et de pelucheux.



6. Que préférerais-tu faire ?

- a. Un mot croisé.
- b. Jouer au frisbee.
- c. Danser.



7. Choisis un chapeau :

- a. une casquette de baseball.
- b. une tuque.
- c. un chapeau chic, à larges bords, pour te protéger du soleil.

8. Dors-tu avec un toutou ?

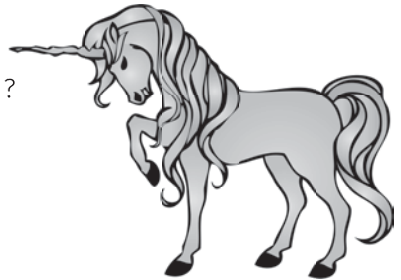
- a. Non.
- b. Oui, un vieux toutou qui perd sa peluche.
- c. Oui, et c'est un animal doux et moelleux.

9. Quel serait ton animal fantastique ?

- a. Une gerboise rose géante.
- b. Un dragon de Komodo.
- c. Une licorne.

10. Quelle escapade rêves-tu de faire ?

- a. Paris, ma chère.
- b. Une cabane au fond des bois.
- c. Ahhhh, un spa...



## Pointage

- 1. a5 b10 c20
- 2. a5 b10 c20
- 3. a10 b20 c5
- 4. a20 b10 c5
- 5. a5 b20 c10

- 6. a20 b10 c5
- 7. a5 b10 c20
- 8. a20 b5 c10
- 9. a20 b5 c10
- 10. a20 b10 c5

## Ton résultat...

**50 à 95: Zombie.** L'opinion des autres, tu t'en fiches! Tu restes très concentrée sur tes objectifs et on ne te fait pas dévier facilement de ta route. Tu aimes faire les choses lentement, et tu n'es pas très bavarde, mais tu sais parfaitement comment te faire comprendre. Lave tes mains plus souvent.



**100 à 150: Loup-garou.** Tu es très polyvalente. Un jour, tu es créative et concentrée, et le lendemain, tu es un tourbillon d'activités. Tu aimes le plein air, les animaux et les bijoux sur le thème de la lune et des étoiles. Tu as un esprit vif et tu es plutôt baveuse.



**155 à 200: Vampire.** Il n'est pas étonnant que tes amis se tournent vers toi pour des conseils: tu sembles plus vieille et plus sage que la plupart des gens de ton âge. Par contre, tu es parfois distante, froide même. Et qui peut te le reprocher? Un rien te blesse: un mot dur, une pointe un peu trop aiguisée. Ta soif de connaissances est étourdissante.

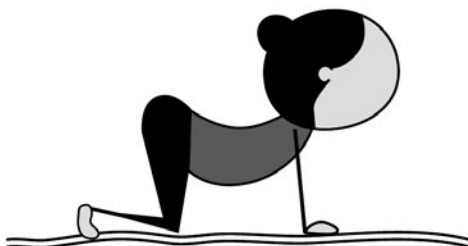
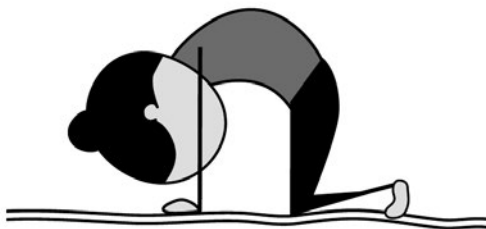


# Qui est la yogi? Elle ou toi?

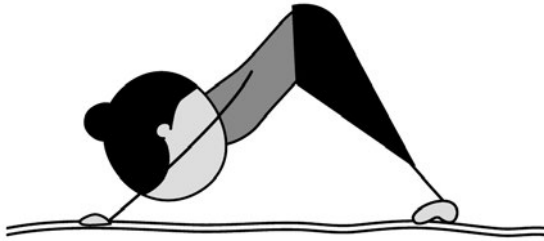
Vous êtes peut-être des bretzels humains...

Essayez ces postures de yoga pour voir si vous êtes flexibles  
comme un élastique ou raides comme un manche à balai.

1. **Chat-vache.** Installe-toi au sol, sur tes genoux et tes mains, le dos droit. C'est la posture de la TABLE. Maintenant, pousse le bassin vers le haut en faisant le dos rond et en étirant la colonne et le cou. C'est la posture de la VACHE. Bascule ensuite le bassin vers le bas en cambrant le dos et en redressant tes épaules vers tes oreilles. C'est la posture du CHAT. Alterne lentement les deux postures pour étirer ton dos. Aaaah... ça fait du bien, non?



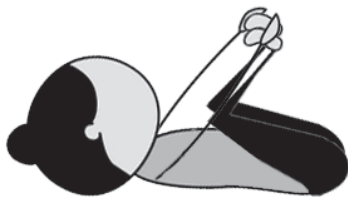
2. **Le chien tête en bas.** Dans la position de la TABLE (voir la page ci-contre), déplie tes jambes en soulevant le coccyx vers le haut, le plus haut possible, et laisse ta tête descendre entre tes bras. Il n'y a pas de meilleur étirement global.



3. **L'arbre.** Debout, pieds joints, place tes mains en prière devant toi. Fixe un point devant toi, puis place la plante d'un pied contre la jambe opposée, sous le genou (mais pas contre le genou). Sans cesser de fixer le point devant toi, garde cette posture le plus longtemps possible. Puis change de jambe. Cette posture est excellente pour développer l'équilibre et la concentration.



4. **Le bébé heureux.** Couchée sur le dos, attrape tes pieds par la plante, comme sur l'illustration, en laissant les genoux retomber sur les côtés. Berce-toi doucement d'avant en arrière. N'est-ce pas que ça fait du bien ?



5. **L'enfant.** Finis ta séance de yoga avec la POSTURE DE L'ENFANT. Agenouillée sur le sol, genoux légèrement écartés, penche-toi vers l'avant et dépose ton front sur le sol. Étends les bras devant toi. Ressens l'étirement dans ton dos et tes épaules. Aaaah...





# Connais-tu bien ta meilleure amie ?

~ Test rubis ~

Réponds à chacune des questions suivantes au sujet de ton amie.  
Demande-lui d'y répondre aussi à ton sujet.

Qu'est-ce qu'elle préfère ?

1. Les œufs: avec ou sans ketchup ?
2. Doux ou extra piquant ?
3. Pizza extra viande ou extra fromage ?
4. Sushis ou filet mignon ?
5. Popcorn ou nachos ?
6. Chocolat: noir ou au lait ?
7. Amandes ou noix de coco ?
8. Gruau ou riz soufflé ?
9. Lait ou jus ?
10. Pain blanc ou brun ?
11. Tofu ou dinde ?
12. Sauté ou mijoté ?
13. Cantaloup ou melon miel ?
14. Salé ou sucré ?
15. Gâteau ou tarte ?



## Pointage

Vérifiez vos réponses et accordez-vous un point pour chaque bonne réponse. La somme de vos deux pointages détermine votre QMA.

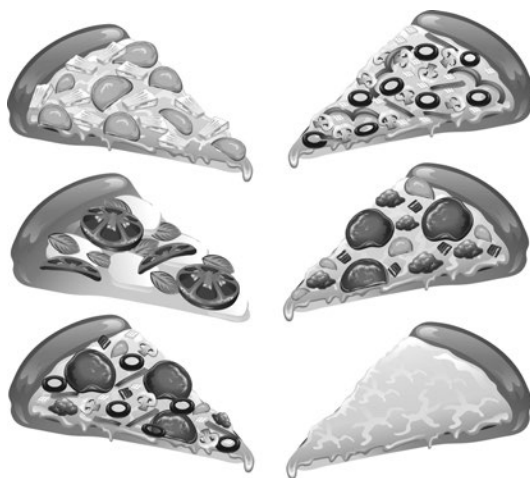
### Votre résultat...

**0 à 5: Savoureux.** Votre amitié est un festin et vous y mettez de l'exotisme. Savourez vos différences!

**6 à 12: Épicé.** Comme une pizza au pepperoni, votre amitié regorge de saveurs et d'expériences excitantes.

**13 à 24: Moelleux.** Cette amitié très saine ne te laissera jamais sur ta faim.

**25 à 30: Douce, si douce.** Vous êtes assorties comme le fudge et un brownie.





# Une histoire trouée pour rigoler (la suite)



Lis cette histoire à voix haute. Complète les phrases  
selon les consignes fournies. N'oublie pas de laisser  
ton amie lire ton histoire à son tour!

\_\_\_\_\_ (le nom de ta BFF) et \_\_\_\_\_

(un gars que tu connais) sont allés dans la/le \_\_\_\_\_

(une pièce de la maison) pour rapporter un seau de

\_\_\_\_\_ (un truc dégueu). \_\_\_\_\_ (le gars)

est tombé et a cassé sa/son \_\_\_\_\_ (un objet rigolo).

Il s'est mis à \_\_\_\_\_ (un verbe).

\_\_\_\_\_ (ta BFF) s'est penchée vers lui en disant:

« \_\_\_\_\_ » (un truc que vous entendez à l'intercom à l'école)

\_\_\_\_\_ (le gars) a répondu « \_\_\_\_\_ »

(un truc que ta mère dit souvent)



\_\_\_\_\_ (ta BFF) s'est mise à \_\_\_\_\_  
(une réaction émotive).

Elle l'a \_\_\_\_\_ (un verbe) en le \_\_\_\_\_  
(un autre verbe). Puis elle lui a lancé le seau de  
\_\_\_\_\_ (le truc dégueu). « Je ne veux plus jamais te  
\_\_\_\_\_ » (un verbe), s'est-elle écriée.

Il lui a répondu: « \_\_\_\_\_ » (un truc qu'on dit à un  
animal) Alors, \_\_\_\_\_ (ta BFF) est retournée au/à la  
\_\_\_\_\_ (la pièce de tout à l'heure) en emportant le seau  
avec elle. Et plus personne n'a jamais revu \_\_\_\_\_  
(le gars).





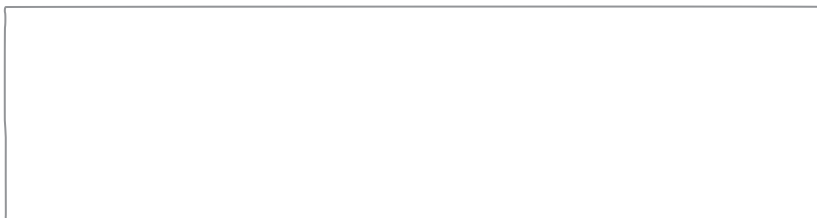
## BD de BFF, Tome 2

Cette amitié est sans pareille: ça vaut la peine de l'immortaliser avec quelques dessins rigolos. Dessine-toi et ton amie dans chacune des cases ci-dessous. N'oublie pas d'ajouter des répliques dans des phylactères et des effets sonores (Pffff, Drrring!). Voici quelques idées pour te lancer.

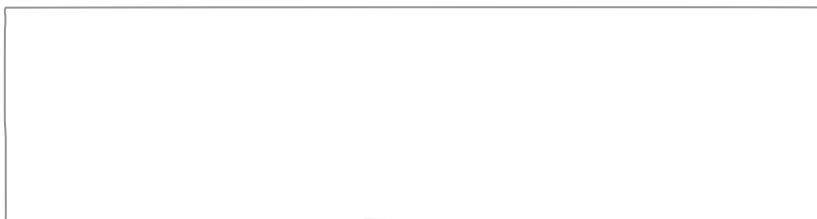
De quoi elle a l'air juste avant de se coucher.



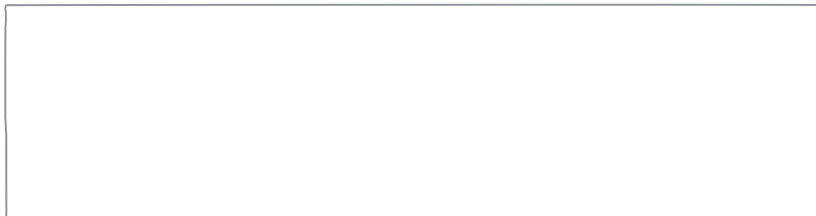
Ça, c'est nous en train de faire la chorégraphie qu'on a inventée.



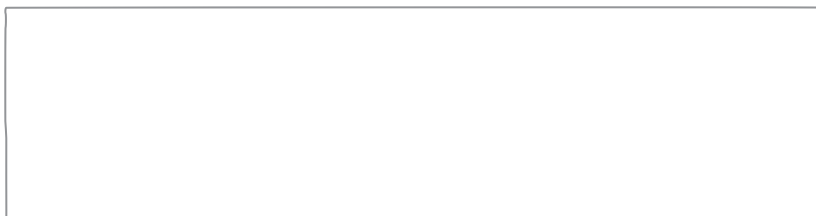
Portrait de nous, bébés.



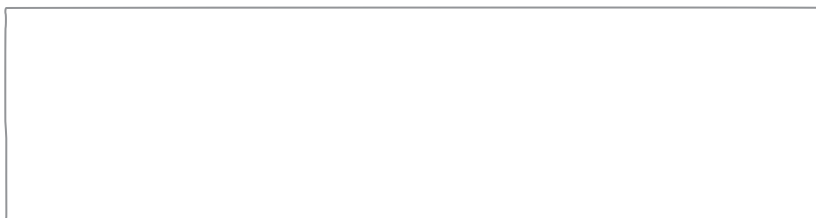
Portrait imaginé de nous quand on sera adultes.



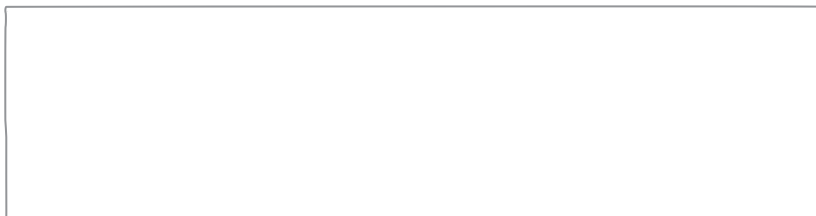
C'était trop drôle la fois où \_\_\_\_\_.



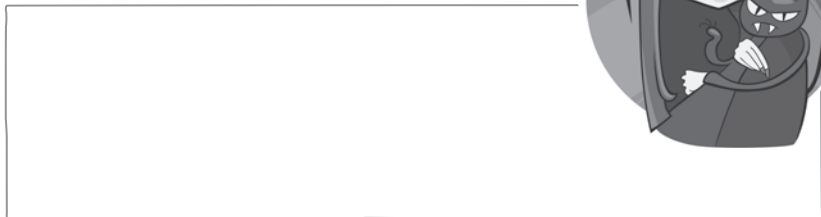
Oh, ho! CRISE DE CHEVEUX!



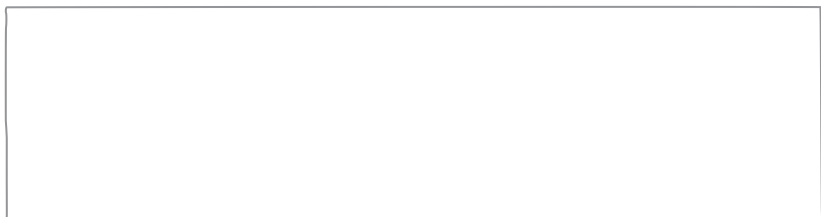
Voici à quoi ressemblerait \_\_\_\_\_ en zombie.



Nos meilleurs costumes d'halloween.



Si on était notre aliment préféré, on aurait l'air de ceci :



Notre réaction à l'idée de porter une robe hyperchic.





# Trop biz!

Laquelle de vous deux est la plus bizarre? Faites ce test très absurde chacune pour vous, puis comparez vos réponses.

1. Qu'est-ce que tu préfères?
  - a. Manger des vers, miam!
  - b. Te prendre pour un ver.
  - c. Avoir un ver comme animal de compagnie.
2. Quel mot te décrit le mieux?
  - a. Intéressante.
  - b. Drôle.
  - c. Mauve.
3. Tu affirmes que QUOI vit sous ton lit?
  - a. Des moutons de poussière... et ils vivent.
  - b. Des monstres, bien sûr.
  - c. Des décilitres cubes.
4. Quand tu étais petite...
  - a. tu croyais que tes toutous étaient vivants.
  - b. tu emportais ton toutou préféré avec toi quand tu allais jouer chez des amis.
  - c. ton toutou préféré organisait tes après-midi de jeu avec tes amis.
5. De quelle couleur sont les ongles de tes mains?
  - a. Ça dépend des jours. Ils sont parfois roses, parfois noirs, et certains jours, ils n'ont pas de couleur particulière.
  - b. Que voulez-vous dire par «ongles»?
  - c. Sur notre planète, ce ne sont pas des ongles, mais des tentacules.



6. Si tu étais un arbre...
- a. tu ne te laisserais pas planter sans une bonne bataille.
  - b. tu laisserais tomber des noix sur la tête des écureuils juste pour les rendre fous.
  - c. tu voudrais être un arbre de Noël.

7. Quel ustensile de la cuisine te ressemble le plus ?

- a. Un couteau, parce que tu as un esprit très aiguisé.
- b. Un ouvre-boîte, parce que tu aimes te rendre utile.
- c. Un tranche-œuf, parce que tu es un œuf.



8. Tu décides de former une équipe de volleyball pour la ligue de récré de l'école. Comment proposerais-tu de nommer l'équipe ?

- a. Les étoiles de la volée.
- b. Les six doigts de la main.
- c. Le volcan maudit.



9. Quelle farce te fait le plus rire ?

- a. Une flaque de faux vomi.
- b. Le chien invisible au bout d'une laisse.
- c. Une flèche qui traverse le crâne de quelqu'un.

10. À quel personnage de conte de fées ressembles-tu le plus ?

- a. À Raïponce, parce qu'elle a beaucoup de cheveux.
- b. À Cendrillon, parce qu'elle aime les chaussures.
- c. À la Belle au bois dormant, parce qu'elle n'entend pas son réveil.



## Pointage

1. a5 b10 c1
2. a1 b5 c10
3. a5 b1 c10
4. a1 b5 c10
5. a1 b5 c10
6. a5 b10 c1
7. a5 b1 c10
8. a5 b1 c10
9. a1 b10 c5
10. a10 b5 c1



## Ton résultat...

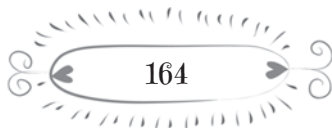
**10 à 20: Tu es complètement normale.** Pas bizarre pour deux sous. Tellement pas, en fait, que ça fait de toi quelqu'un de singulier.

**21 à 40: Tu es juste assez bizarre.**

**41 à 70: Tu es bizarrement bizarre.** Tellement bizarre, en fait, que la plupart des gens pensent que tu fais semblant d'être bizarre. Ha! S'ils savaient...

**71 et +: Tu es 100 % bizarroïde.** Wow, est-ce que tu hurles à la lune, la nuit? Ton père est un lion et ta mère sent le vin de pissenlit. Tu es folle à lier, givrée des deux côtés, rocambolesque, abracadabrantesime! La bonne nouvelle, c'est qu'il existe un remède pour soigner des bizarres dans ton genre. La mauvaise nouvelle, c'est qu'on le cherche encore.

# BIZARRE..



# Qui es-tu?

À chacune sa façon d'interagir avec les gens.  
Ton tempérament joue pour beaucoup dans le type d'amie  
que tu es. Quel type d'amie es-tu?

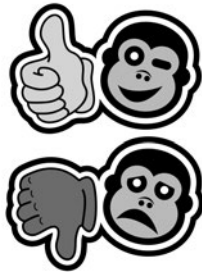
1. Tu as tendance à avoir...
  - a. une ou deux amies proches.
  - b. quatre ou cinq copines.
  - c. des tas et des tas d'amis... on n'en a jamais trop!
2. Tes amitiés sont généralement...
  - a. orageuses.
  - b. organisées autour d'intérêts communs, comme une équipe sportive ou un loisir qui te passionne.
  - c. profondes.
3. Quel énoncé s'applique le mieux à toi?
  - a. Tu te fais des amis facilement.
  - b. Tes amis semblent changer au gré des saisons.
  - c. Tu as du mal à te faire des amis.
4. Te considères-tu comme étant jalouse?
  - a. Oui.
  - b. Non.
5. Que partages-tu avec tes amies?
  - a. Tout! Elles savent tout de moi, et vice versa.
  - b. Pas mal de choses, mais surtout des sourires et des fous rires.
  - c. Pas grand-chose. Je préfère garder mes sentiments pour moi.



6. T'en fais-tu beaucoup à propos de ce que les gens pensent de toi?
- Oui, tout le temps.
  - Parfois.
  - Non, à quoi bon? Les gens peuvent bien penser ce qu'ils veulent.
7. Te décrirais-tu comme une fille très sensible et susceptible?
- Qui, moi? Naaaaan.
  - Des fois.
  - Oh oui!
8. Tu dois faire une présentation orale devant un grand groupe. Ta BFF te propose de t'aider à répéter. Qu'aimerais-tu qu'elle fasse?
- Me rassurer et me dire que je fais bien ça.
  - M'aider à corriger mes erreurs les plus évidentes, comme quand je parle trop vite.
  - Rien. J'aime mieux répéter seule, à l'abri des regards et des oreilles.

## Pointage

- |              |               |
|--------------|---------------|
| 1. a1 b5 c10 | 5. a5 b10 c15 |
| 2. a5 b10 c8 | 6. a5 b10 c15 |
| 3. a15 b8 c1 | 7. a15 b10 c5 |
| 4. a5 b10    | 8. a8 b12 c15 |



## Ton résultat...

**35 à 55: Timide.** Tu as du mal à briser la glace avec des inconnus, mais quand tu le fais, tu es sensible, loyale et généreuse. Le bon côté de ton profil, c'est que les amitiés que tu développes sont vraies, profondes et durables. Attention,

cependant, de ne pas laisser passer des occasions. Donne aux gens la chance de te connaître en prenant des risques et en laissant paraître ta vraie nature. Tu constateras sans doute que les gens sont beaucoup plus ouverts et accueillants que ce à quoi tu t'attendais.

**56 à 75: Intense.** Tu te préoccupes tellement des gens! Créer des liens te semble parfois un exercice épuisant et envahissant. C'est pourquoi tu préfères avoir une amie très, très proche plutôt qu'un tas d'amies juste correctes. C'est super si tu trouves cette super BFF avec qui tout partager, mais pas si génial si tu la cherches encore. Le bon côté de ton profil, c'est que tu es destinée à vivre de grandes amitiés! Attention, cependant, au monstre de la jalousie. N'oublie pas de laisser ta BFF respirer. Elle t'aimera encore plus si tu lui donnes de l'air!

**76 à 98: Facile à aimer.** Les gens aiment te fréquenter parce que tu es drôle et pas compliquée. Il n'y a jamais de drame avec toi. Le bon côté de ton profil, c'est que tu es populaire et que tu peux compter sur plein d'amies. Attention, cependant, de ne pas trop t'éparpiller. Tu te retrouves souvent tiraillée entre plusieurs amies et tu ne veux tourner le dos à personne, mais tu n'as pas encore appris à te dédoubler! Essaie de tendre l'oreille aux besoins des autres... ils n'ont pas forcément les mêmes que toi.

**99 à 105: Confidentielle.** Même si tu es celle avec qui on veut se retrouver, tu as du mal à partager tes sentiments les plus intimes avec les gens. Le bon côté de ton profil, c'est que tu es forte et que tu n'attends après personne pour vivre. Bravo! Attention, cependant, de ne pas t'épuiser. Les superhéros n'existent que dans les films. Les amis sont aussi précieux quand ça va mal que quand tout va bien. Si tu ouvres ton cœur et exprimes tes inquiétudes, tu sentiras tes épaules s'alléger et ta vie reprendra de belles couleurs.





## À quel point comprends-tu les gars ?

Quelle connaissance as-tu des garçons ? Fais ce test pour en avoir le cœur net. Compare ensuite tes réponses à celles de ton amie et voyez qui de vous deux est l'experte des gars.

1. Tu dois choisir un livre pour un garçon de ta classe. Tu choisis...
  - a. un livre rempli de statistiques sur les sports.
  - b. un roman graphique de superhéros.
  - c. un roman d'aventures avec dragons et sorciers.
2. Tu aperçois trois gars qui traversent la rue ensemble. Tu présumes qu'ils s'en vont...
  - a. jouer au football ou à un autre sport d'équipe au parc.
  - b. au cinéma pour voir un film d'action.
  - c. chez l'un d'eux pour jouer à des jeux vidéo.
3. Dans ta classe, un gars vient juste de faire comme s'il ne t'avait pas vue. Ça veut dire...
  - a. qu'il t'aime.
  - b. qu'il te déteste.
  - c. qu'il ne t'a pas vue.
4. Laquelle des activités suivantes aurait la préférence d'un garçon ?
  - a. Une partie de laser tag.
  - b. Une séance de tir à l'arc.
  - c. Une bataille de ballons d'eau.
5. Quand un gars dit « C'est malade ! », ça veut dire qu'il...
  - a. a aimé ça.
  - b. a détesté ça.
  - c. a entendu quelqu'un dire ça.

6. Les gars aiment...
- a. des trucs dégoûtants.
  - b. des trucs drôles.
  - c. des trucs épeurants.
7. En faisant une feinte, tu frappes un garçon à la tête avec ton ballon. Que fera-t-il, selon toi?
- a. Il va pleurer.
  - b. Il va te relancer le ballon aussitôt.
  - c. Il va faire comme si de rien n'était.
8. Tu te retrouves en équipe avec un gars pour un projet scolaire. Tu...
- a. laisses le garçon décider qui fait quoi: les gars aiment décider, après tout.
  - b. fais le projet toi-même: on ne peut pas compter sur les gars pour s'atteler à la tâche et travailler.
  - c. partages le travail équitablement et tu t'occupes de ta partie: il fera la même chose que toi, et s'il ne fait rien, c'est son problème.



## Pointage

Accorde-toi 0 pour chaque A. Puis 0 pour chaque B, et 0 pour chaque C.

### Ton résultat...

**0 à 0: Qu'est-ce que tu croyais?** T'es une fille! Tu ne comprendras jamais les garçons. Ce sont des créatures bébêtes. Essaie tant que tu veux, tu n'arriveras jamais à comprendre ce qu'ils trouvent d'excitant dans des voitures monstrueuses qui se transforment en robots! Ni comment ils peuvent être aussi incapables de se rappeler des choses essentielles comme du nom des gens. Contente-toi de hocher la tête et de retourner à tes projets pour transformer le monde. Laisse-les dessiner des vaisseaux spatiaux sur leurs bras.







## Es-tu extravertie, introvertie ou ambivertie ?

Es-tu du genre à parler à tout ce qui bouge ? Ou es-tu plutôt timide et réservée ? Réponds **OUI** ou **NON** aux énoncés ci-dessous pour découvrir si tu es une extravertie naturelle (une personne communicative), une introvertie née (une personne qui préfère être seule) ou si ton profil se trouve quelque part entre les deux.

1. Rien ne te fait plus plaisir qu'une soirée pyjama avec un maximum d'amies.
2. Trop de bruit te fatigue.
3. Une journée idéale, c'est une journée à la maison, en linge mou.
4. Tu aimes les activités paisibles que tu peux faire seule, comme lire, bricoler ou décorer ta chambre.
5. Les sports d'équipe, c'est ta raison de vivre.
6. Ta façon préférée de passer du temps avec quelqu'un d'autre, c'est quand ta best vient dormir chez toi, ou l'inverse.
7. Ta vraie maison, c'est là où toutes tes amies se retrouvent : tu adores les tourbillons d'activités.
8. Tu racontes tout à tes meilleures amies !
9. Tu es celle qui organise des activités pour ta gang, de manière à ce que vous ayez toujours quelque chose à faire ensemble.
10. Tu aimes écrire dans un journal ou dessiner juste pour le plaisir.

11. Tes sports préférés sont des sports que tu peux pratiquer seule, comme la natation ou la course.
12. Tu ressens plus d'énergie dans les endroits calmes et paisibles.
13. Tu as du mal à te concentrer quand il y a plus de deux ou trois personnes dans la pièce.
14. Les foules... arrrrgh!!!
15. Tu es une sorte d'artiste: clown de la classe, musicienne ou moulin à paroles.

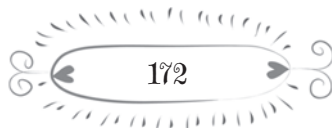


## Pointage

- |                 |                  |                  |
|-----------------|------------------|------------------|
| 1. oui 10 non 5 | 6. oui 5 non 10  | 11. oui 5 non 10 |
| 2. oui 5 non 10 | 7. oui 10 non 5  | 12. oui 5 non 10 |
| 3. oui 5 non 10 | 8. oui 10 non 5  | 13. oui 5 non 10 |
| 4. oui 5 non 10 | 9. oui 10 non 5  | 14. oui 5 non 10 |
| 5. oui 10 non 5 | 10. oui 5 non 10 | 15. oui 10 non 5 |

## Ton résultat...

**75 à 100: Introvertie.** Une personne introvertie, c'est une personne qui trouve son énergie en elle-même. Tu recharges tes batteries quand tu es seule; les foules, le bruit et le chaos t'épuisent. Ça ne veut pas dire que tu n'es pas sociable. Seulement que tu as souvent besoin de te retrouver seule pour préserver ton équilibre et ta bonne humeur. Tu préfères les rencontres amicales plus intimes, avec quelques amies proches plutôt que les grands rassemblements bruyants, et les activités créatives solitaires plutôt que les sports d'équipe. Parce que tu es capable de t'organiser seule, tu as tendance à te faire une opinion par toi-même et tu ne te laisses pas distraire par les artifices. C'est ce qui te permet de réussir dans divers domaines qui exigent une grande concentration, particulièrement dans les arts, les sciences et les affaires.



**105 à 120: Ambivertie.** Les personnes ambiverties présentent le type de personnalité le plus flexible. Tu combines les qualités de tes amies les plus extraverties et de celles qui sont plutôt introverties, ce qui te procure un avantage. Tu aimes tout autant te retrouver seule qu'être dans l'action et la variété. Parce que tu présentes les qualités des deux profils de personnalité, tu comprends aussi ce que ressentent les autres. Ça fait de toi une personne facile à vivre qu'on aime côtoyer, en classe comme dans la vie. Les personnes ambiverties réussissent dans tous les domaines, mais particulièrement dans la vente, l'éducation (tu ferais une formidable enseignante!) et les secteurs axés sur la collaboration, comme les plateaux de cinéma ou le milieu de la mode.

**125 à 150: Extravertie.** Une personne extravertie puise son énergie dans ses interactions avec les gens. Quand tu restes seule trop longtemps, tu deviens léthargique, tu t'ennuies et tu broies du noir. Tu retrouves ton éclat au milieu des gens. Tu adores être au cœur de l'action. Et quand il ne se passe rien, c'est toi qui proposes de faire quelque chose. Les personnes extraverties excellent à divertir les gens et sont des entrepreneures et des politiciennes nées!





# Deux têtes valent mieux qu'une

Avec ta BFF, essaie de trouver la réponse à ces devinettes.

1. Que dois-tu d'abord donner pour la briser ?
2. Qu'est-ce qui augmente toujours sans jamais diminuer ?
3. Qu'est-ce qui perd sa tête tous les matins et la retrouve tous les soirs ?
4. Qu'est-ce qui est troué, mais peut contenir de l'eau ?
5. Qu'est-ce qui est aussi gros qu'un éléphant, mais ne pèse rien ?
6. Que peux-tu demander, suivre, perdre et passer ?
7. Sans elle, je suis morte. Si je ne la prends pas, alors je suis derrière. Que suis-je ?
8. Je commence toujours en premier et je n'arrive jamais le dernier.
9. Tu peux en suivre ou en laisser.
10. Qu'est-ce qui a des yeux, mais ne peut pas voir ?
11. Le père de Marie a quatre enfants; trois d'entre eux s'appellent Nana, Néné et Nini. Quel est le nom du quatrième ?
12. Il entend, mais n'a pas d'oreilles, et parle, mais n'a pas de bouche. Il naît et meurt au grand air. Qu'est-ce que c'est ?
13. Qu'est-ce qui tourne autour du bois sans jamais y entrer ?
14. Qu'est-ce que tu brises en le nommant ?
15. Qu'est-ce qui a quatre doigts et un pouce, mais n'est pas vivant ?

16. Combien de lettres y a-t-il dans l'alphabet?
17. Tu peux la cocher, la remplir ou l'habiter. Qu'est-ce que c'est?
18. Où trouve-t-on des routes sans véhicules, des forêts sans arbres et des villes sans maisons?
19. C'est la fille de ta mère, mais ce n'est pas ta sœur. Qui est-ce?
20. Une maison de plain-pied (c'est-à-dire sans étage) est entièrement jaune à l'intérieur. Le plancher est jaune; les lampes sont jaunes, les murs sont jaunes, tout, tout, tout est jaune! Alors de quelle couleur est l'escalier intérieur?



## Pointage

Additionnez vos bonnes réponses pour connaître votre score.

1. Ta parole
2. Ton âge
3. Un oreiller
4. Une éponge
5. L'ombre d'un éléphant
6. Ton chemin
7. La tête
8. Le début
9. Des traces
10. Une pomme de terre
11. Marie
12. L'écho
13. L'écorce de l'arbre
14. Le silence
15. Un gant
16. Neuf. Compte bien: « L'ALPHABET ».
17. Une case
18. Sur une carte géographique
19. Toi
20. Il n'y a pas d'escalier: la maison n'a qu'un étage.



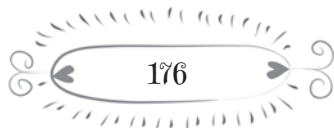
## Votre résultat...

**0 à 5: Vertes en devinettes.** Heureusement, vous êtes plus fortes à choisir des amies!

**6 à 10: Futures gagnantes.** Votre amitié est une idée de génie!

**11 à 14: Vous êtes brillantes!** Les grands esprits se rencontrent!

**15 à 20: Vous êtes fortes.** Très fortes. Une paire prodigieuse pour une équipe imbattable!





# Chien ou chat?

Es-tu plutôt chat ou plutôt chien? Et ton amie, que préfère-t-elle? Faites le test pour savoir si vous êtes parrrrrrrfaitement assorties ou féroceement différentes.

1. Que préfères-tu?
  - a. Jouer à attraper un frisbee.
  - b. Somnoler, bien installée sur un calorifère.
  - c. Faire une promenade dans les bois.
2. Te considères-tu comme sociable?
  - a. Oui, tout à fait.
  - b. Parfois. Je peux être très sociable, mais j'aime aussi me retrouver seule.
  - c. Pas tant. Les gens me trouvent plutôt réservée.
3. Quel sport préfères-tu entre...
  - a. le yoga.
  - b. l'athlétisme.
  - c. la pêche.
4. C'est ton anniversaire. Décris ta journée rêvée.
  - a. Destination spa.
  - b. Rester à la maison.
  - c. Faire un tour en ville avec ma BFF, en profitant de tout ce que je vois et entends.
5. Tu t'occupes du souper! Que vas-tu préparer?
  - a. Du saumon sur le barbecue.
  - b. Des côtes levées sur le barbecue.
  - c. Une pizza végétarienne.

6. Ta best t'a donné un nouveau surnom. C'est...
- a. Idéfix.
  - b. Garfield.
  - c. Bouh.
7. Le verre est-il à moitié vide ou à moitié plein?
- a. À moitié plein.
  - b. Plein.
  - c. Vide, mais on s'en fout si le verre est en cristal.
8. Que préfères-tu ?
- a. Frites et ketchup.
  - b. Frites sauce.
  - c. Frites et vinaigre.
9. Tu achètes un cadeau à ta meilleure amie. Que choisis-tu ?
- a. Un ballon de soccer.
  - b. Un toutou tout doux.
  - c. Une boîte de thon.
10. Quel animal te rend folle ?
- a. Des souris. Ark.
  - b. Quelqu'un a dit «écureuil» ?
  - c. Cet oiseau de malheur qui commence à chanter avant l'aube.





## Pointage

- |             |             |              |
|-------------|-------------|--------------|
| 1. a1 b3 c5 | 5. a5 b1 c3 | 9. a3 b1 c5  |
| 2. a1 b3 c5 | 6. a1 b5 c3 | 10. a5 b1 c3 |
| 3. a3 b1 c5 | 7. a3 b1 c5 |              |
| 4. a5 b3 c1 | 8. a5 b1 c3 |              |

## Ton résultat...

**10 à 22: Chien à 100 %.** Tu es affectueuse, tu te contentes d'un rien et tu as l'esprit ouvert. Tu as aussi tendance à baver et à sauter sur les gens. Ça ne les empêche pas d'aimer ton enthousiasme si réjouissant, ta nature enjouée et tes oreilles tombantes. Tu excelles à suivre les consignes et tu fais une excellente coéquipière.



**23 à 36: Mi-chat mi-chien.** Quelle chance que la tienne: tu combines les plus belles qualités des chats et des chiens. Les «chiats» dans ton genre ont de beaux cheveux et un talent naturel marqué pour faire leur toilette. Tu es très sûre de toi et ne te laisses jamais décourager.

**37 à 50: Chat à 100 %.** Tu es d'une race à part: indépendante, brillante et capable. Tu es indéniablement une meneuse, pas une suiveuse. Gracieuse, soignée et sujette aux boules de poil, tu impressionnes toutes les personnes que tu rencontres. Tu sais rebondir après un coup dur. Qui sait? Tu as peut-être vraiment neuf vies!



# Quel est ton QÉ?

Tu as probablement entendu parler des tests de QI. Ils sont censés mesurer l'intelligence. Les tests de QÉ, eux, mesurent l'intelligence émotionnelle, c'est-à-dire ta capacité à reconnaître les émotions chez les gens et à y réagir.

Dans quelle mesure connais-tu tes propres sentiments? Et ceux de ta BFF? Fais ce test pour savoir si tu es sensible aux émotions ou complètement à côté de la plaque.

1. Tu te tiens habituellement avec le même groupe de filles. Sais-tu toujours exactement ce que chacune pense des autres?
  - a. Oui. Je sais qui s'entend bien avec qui et quelles filles sont rivales.
  - b. Parfois. Les sentiments, ça peut changer vite!
  - c. Oui. Nous sommes toutes de super bonnes amies. Autrement, on ne se tiendrait pas ensemble, non?
2. Quand tu t'es réveillée ce matin, tu étais énervée et de mauvaise humeur. Sais-tu pourquoi?
  - a. J'ai dû me lever du mauvais pied.
  - b. J'ai peut-être fait un mauvais rêve?
  - c. Oui. Je me suis disputée avec ma sœur juste avant de me coucher.



3. Vrai ou faux: quand tu commets une erreur, tu t'en veux terriblement et tu deviens hypercritique envers toi-même.
- a. Tellement!
  - b. Parfois.
  - c. Jamais de la vie! Tout le monde peut se tromper de temps en temps. Je passe à autre chose.
4. Tu dois aller voir ta prof au sujet de la mauvaise note qu'elle t'a donnée à un test d'anglais. Comment te sens-tu à cette idée?
- a. Mal à l'aise, mais je prends une grande respiration et j'y vais.
  - b. Pas super, mais je sais qu'elle va m'aider à voir comment faire mieux la prochaine fois, alors tout va s'arranger.
  - c. Anxieuse et malheureuse. Je déteste me retrouver sous les projecteurs.
5. Les gens te traitent-ils de diva parce que tu as tendance à dramatiser pour des riens?
- a. Hein? Pantoute.
  - b. Des fois.
  - c. OMG, c'est teeeeeellement moi!



6. Te décrirais-tu comme une bonne psychologue?
- a. Oui. Je peux souvent deviner quand une personne est vraiment gentille et honnête, ou si elle raconte des histoires.
  - b. D'habitude, mais ça m'arrive d'être surprise par une fille que je croyais mon amie et qui me fait une vacherie.
  - c. J'ai toujours pensé que je l'étais, mais récemment, des personnes qui disent une chose et font le contraire m'ont fait douter de mon jugement.
7. Tu t'obstines avec ton frère, qui affirme que c'est ton tour de faire la vaisselle. Le ton monte et la situation est sur le point de dérapier. Que fais-tu?
- a. Je suggère que tout le monde se calme avant de prendre une décision.
  - b. Je crie et lui envoie des injures par la tête.
  - c. J'abandonne et je fais la vaisselle, même si je sais que c'est son tour.
8. Tu as la possibilité de faire partie de l'équipe de hockey d'élite. Tu sais que ça te demandera énormément de temps et tu n'es pas certaine d'être prête à investir autant pour l'instant. Comment prendras-tu ta décision?
- a. Je suis mon instinct.
  - b. Je laisse mon entraîneuse ou mes parents décider.
  - c. Je dresse une liste des pour et des contre pour m'aider à voir plus clair.



9. Quel énoncé te décrit le mieux?
- a. Je me fais des amis facilement.
  - b. Je m'entends bien avec les gens, mais je mets beaucoup de temps à révéler mon jardin secret.
  - c. J'ai parfois du mal à créer des liens.
10. Le chien de ta meilleure amie meurt. Ton amie est bouleversée. Que fais-tu?
- a. Je la convaincs de sortir et de s'amuser pour lui changer les idées.
  - b. Je la laisse pleurer et lui offre mes condoléances. Les gens ont parfois juste besoin d'exprimer ce qu'ils ressentent.
  - c. Je la laisse tranquille. Quand ce genre de chose arrive, les gens préfèrent être seuls, non?



## Pointage

- |             |             |              |
|-------------|-------------|--------------|
| 1. a3 b2 c1 | 5. a3 b2 c1 | 9. a3 b2 c1  |
| 2. a1 b2 c3 | 6. a3 b2 c1 | 10. a2 b3 c1 |
| 3. a1 b2 c3 | 7. a3 b1 c2 |              |
| 4. a3 b2 c1 | 8. a3 b1 c2 |              |

## Tes résultats...

**10 à 16: Pas mal.** Tes camarades de classe et toi vivez beaucoup de changements. Ça ne t'aide pas à garder la maîtrise de tes sentiments et de tes motivations, et encore moins à comprendre ce que vivent les autres! Tu peux développer ton QÉ en t'accordant des pauses de calme pour écouter ton intuition. Prends aussi le temps d'observer les gens. Leurs expressions et leur langage corporel peuvent t'apprendre beaucoup de choses sur ce qu'ils ressentent. Avant longtemps, tu deviendras une pro à comprendre les autres et tes propres sentiments!




**17 à 23: Bien.** Tu as une solide compréhension de ce qui te dérange et de ce qui t'émeut. Tu maîtrises bien tes émotions, tu ne perds pas les pédales et tu ne te laisses pas abattre à la moindre contrariété. Tu es également habile à lire les gens et tu sais réagir de manière à calmer le jeu. Continue à développer ton QÉ pour bâtir des amitiés encore plus riches et mieux te connaître!

**24 à 30: Excellent.** Tu es une pro de la nature et du comportement humains. Tu te connais très bien, ce qui te donne une grande confiance en toi. Les gens ont du respect pour toi, et tu le leur rends bien, probablement parce que tu reconnais leurs sentiments et y réagis avec sensibilité et délicatesse. Rappelle-toi que tes camarades de classe n'ont pas tous la même intelligence émotionnelle que toi, alors ne sois pas trop sévère à leur égard. Ils ne demanderont pas mieux que d'apprendre de ton exemple.



*bff*






Écris le nom des  
meilleures amies que tu as eues  
depuis la garderie.







Écris le nom des amies  
avec lesquelles  
tu as fait les tests.



---

---

---

---

---

---

---

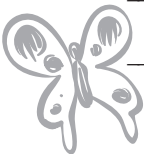
---

---

---

---

---









Dresse ici la liste des activités  
que tu aimerais faire  
avec ta meilleure amie.

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_

5. \_\_\_\_\_

6. \_\_\_\_\_

7. \_\_\_\_\_

8. \_\_\_\_\_

9. \_\_\_\_\_

10. \_\_\_\_\_

