

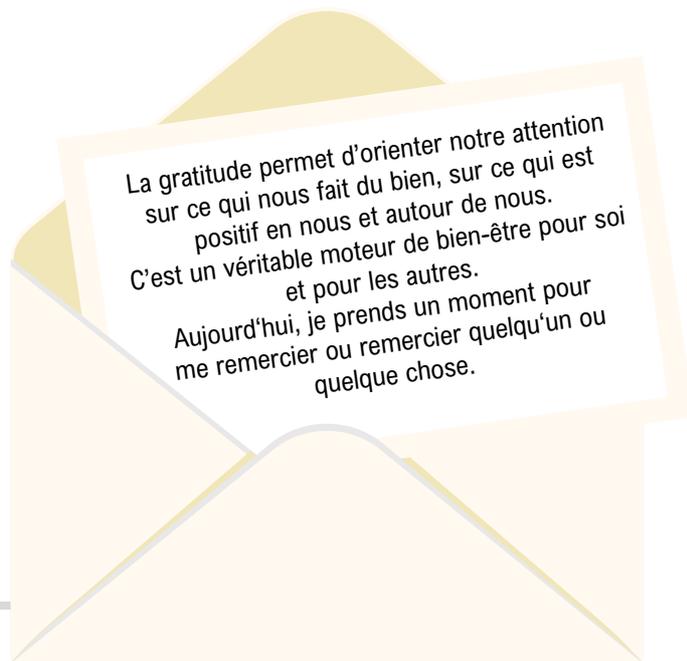


1 Explo'Santé, c'est reparti !

Ce que nous avons vu :

- L'année dernière, nous avons exploré des _____ utiles pour vivre en bonne santé .
- C'est reparti pour _____ ateliers de découvertes !
- 5 règles sont essentielles pour _____ une ambiance sereine afin d'explorer et développer nos compétences.
- Les cartes rôles nous permettront d'apprendre à travailler en groupe.

Mon moment de gratitude



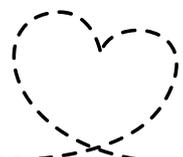
La gratitude permet d'orienter notre attention sur ce qui nous fait du bien, sur ce qui est positif en nous et autour de nous. C'est un véritable moteur de bien-être pour soi et pour les autres. Aujourd'hui, je prends un moment pour me remercier ou remercier quelqu'un ou quelque chose.

MERCI

.....

Parce que

.....





1

Activité à la maison

A faire après la séance 1



Trouve le mot qui se cache derrière cette charade !



- Mon premier vient après le "HI" du cri de l'âne

- Mon second est l'opposé de la mort



- Mon troisième est le son que produit un bébé après avoir mangé



- Mon quatrième marque la négation



- Mon cinquième est ce que fait Pinocchio quand son nez s'allonge



Amusez vous à élucider cette charade avec votre enfant

**MON TOUT EST UN ENSEMBLE D'ÉLÉMENTS
QUI ENTOURE UN INDIVIDU**

JE SUIS : _____