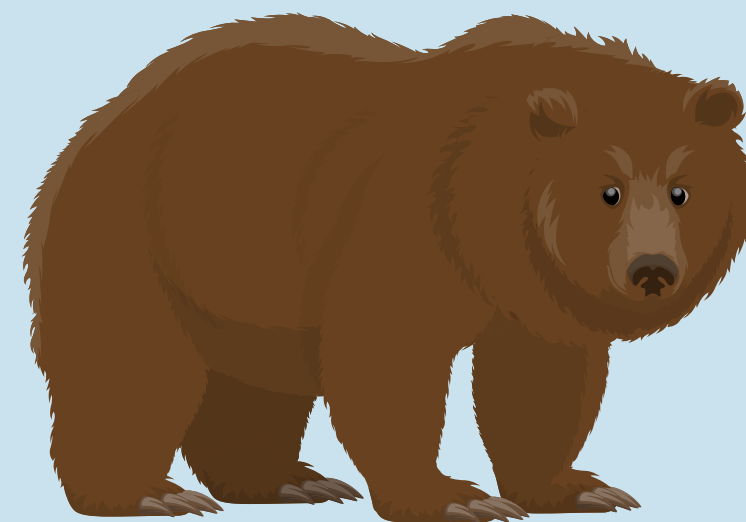


Le Jeu de Superpouvoir Animal : Une Activité Familiale Apaisante

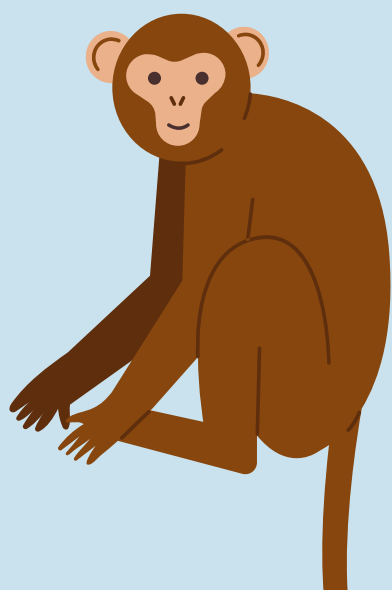
Engagez vos enfants en jouant à faire semblant ensemble, inspirés par les "superpouvoirs" de ces animaux.

Le superpouvoir de l'ours est de donner un gros câlin d'ours. Enlacez-vous étroitement et serrez-vous fort pendant une longue minute.



Le superpouvoir du hibou est une excellente vue. Regardez autour de vous et trouvez 5 choses que vous n'avez jamais remarquées auparavant ou 5 choses qui sont bleues ou rondes. Que pouvez-vous chercher d'autre ?

Le superpouvoir de la cigogne est de se tenir sur une jambe pendant longtemps. Essayez de tenir sur une jambe aussi longtemps que possible et fixez un point éloigné. Pour les plus avancés : sautez sur une jambe aussi longtemps que possible.



Le superpouvoir du singe est le saut et la flexibilité. Sautez et battez-vous la poitrine, en finissant par un long hurlement de singe (ahhhhh!). Cela vous aidera également à pratiquer une longue expiration contrôlée.