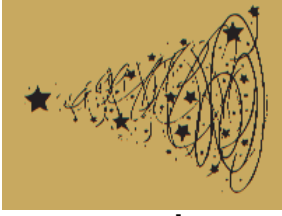


SOURIRE

Illumine ton visage.
Le sourire est communicatif,
donne ton sourire aux autres.



SAVEURS

Cuisiner
une spécialité de Noël
pain épices, sablés
et les partager



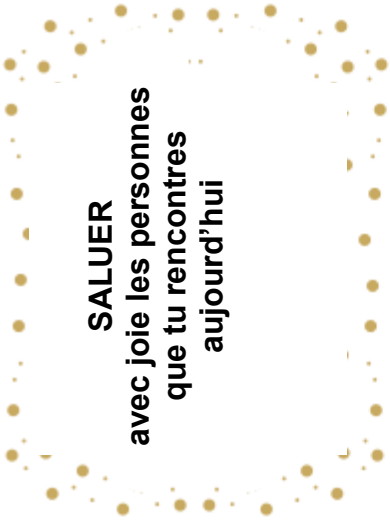
BONS MOMENTS

Partage des meilleurs
souvenirs de l'année
On célèbre les grands et
petits bonheurs
(sac à bonheur)



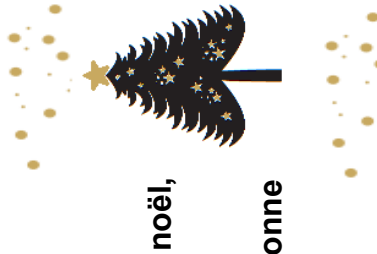
SALUER

avec joie les personnes
que tu rencontres
aujourd'hui



CUISINE

Prépare des coquilles de Noël,
(ou manalas)
pour la St Nicolas
Donne la recette à 1 personne



EXPRIME

une qualité que tu admires
chez quelqu'un de proche et
dis lui. Puis cite 3
réalisations dont



TRADITION

Cite une habitude familiale
que tu aimes bien
Propose un nouveau rituel
Pour la famille





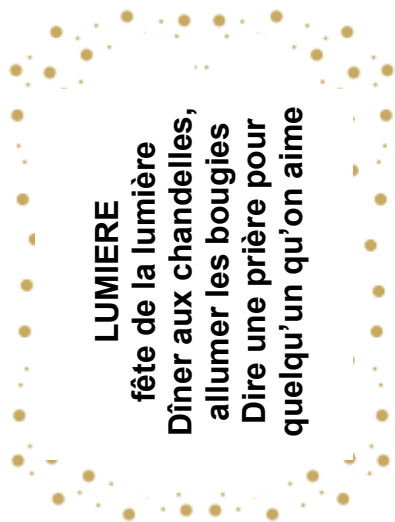
AILLEURS
Choisir un pays.
Dire aux autres
les différentes rites et
traditions de Noël ailleurs
dans le monde



EXTRAORDINAIRE
Aujourd'hui,
je cherche l'Extra
dans l'Ordinaire



ECHANGE
Choisir un conte de Noël,
l'écrire ou l'imprimer
et le transmettre
à une autre personne



LUMIERE
fête de la lumière
Dîner aux chandelles,
allumer les bougies
Dire une prière pour
quelqu'un qu'on aime



SAPIN
Choisir le sapin de Noël
Choix thème décoration.
Prendre de le temps
de l'admirer, le sentir.



LA CRECHE
Installer, compléter,
ajouter une nouveauté,
(un élément naturel, un ani-
mal, un personnage...)
Soyez créatif



POSE PAUSE
Faire une séance photo
en famille
(même pose chaque année)

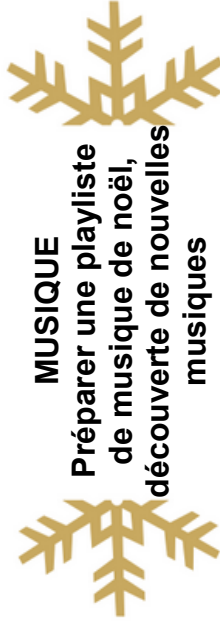
PHOTO

Défi portrait photo
en rouge et blanc
ou tout ce qui brille



MUSIQUE

Préparer une playliste
de musique de Noël,
découverte de nouvelles
musiques



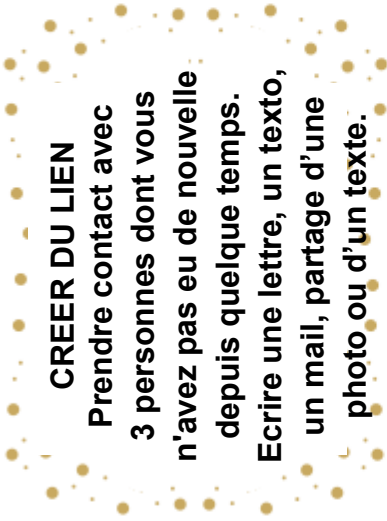
VCEUX

Commencer à préparer
les cartes de vœux
Ecrire une carte de Noël



CREER DU LIEN

Prendre contact avec
3 personnes dont vous
n'avez pas eu de nouvelle
depuis quelque temps.
Ecrire une lettre, un texto,
un mail, partage d'une
photo ou d'un texte.



INSPIRATION

Remplissez-vous
de douceur et de patience
Chercher sur internet une
citation inspirante
ou une pensée positive
L'imprimer et l'accrocher
dans le sapin



OBSERVER

Se promener et admirer
les décorations de Noël dans
la ville, photographier
une déco insolite



Joyeux Noël



PROJETS

21 décembre

On fête le solstice d'hiver,
le jour le plus court
de l'année
Temps pour échanger et
parler des projets
du printemps



AIDER

Soyez prêt à aider
afin que les autres
puissent se reposer.
Aujourd'hui
et jusqu'à Noël



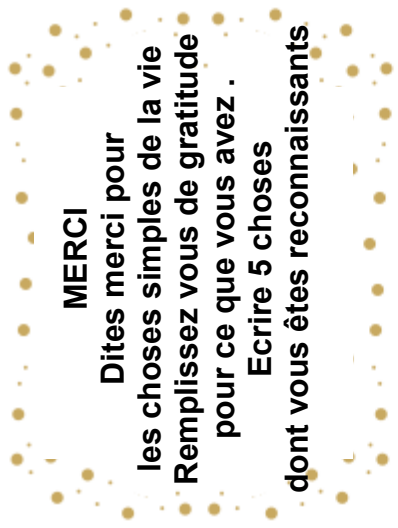
JOUER

Un jeu en famille :
ressortir un jeu de société
qui est au placard
depuis longtemps



MERCI

Dites merci pour
les choses simples de la vie
Remplissez vous de gratitude
pour ce que vous avez .
Ecrire 5 choses
dont vous êtes reconnaissants



SPECTACLE

Aller à
un spectacle de Noël ou
une animation de Noël



CHANTER

Chanter à tue tête
ou en douceur
En solo ou en canon
Accompagné de la guitare
ou du piano



REPAS

Préparer le repas de
Noël
dont le traditionnel
gâteau/bûche de Noël

