



PETITE FICHE DE SURVIE A LA MAISON

Fabriquer des bonhommes ballon anti-stress

Matériel :

- Des ballons de baudruche
- Un entonnoir
- De la maïzena ou de la farine (personnellement je préfère avec la maïzena, je trouve que le ballon est plus agréable à toucher)
- Un feutre indélébile

Prendre un ballon de baudruche. Fixer l'entonnoir en l'enfilant dans la partie du ballon où l'on souffle normalement. Faire tomber doucement la farine dans l'entonnoir (on peut l'aider à passer avec un coton tige ou un pic à brochette si la farine ne passe pas bien). Tenir l'entonnoir au niveau du ballon pour qu'il ne se décroche pas. Remplir le plus possible le ballon. Retirer l'entonnoir du bout du ballon. Tirer un peu sur le ballon pour tasser la farine. Faire un nœud au ballon.



Dessiner avec un feutre indélébile des yeux et une bouche sur le ballon. On peut en profiter pour faire différentes émotions et échanger autour de ces émotions, comment les reconnaître...

