

Bonjour!

chez vous



Quelle chance !

Vous allez recevoir chez vous une petite lettre chaque matin ! Cette lettre est une lettre de bonnes nouvelles à garder précieusement pour que ces jours passent plus vite.

Bonjour tout le monde !



Nous sommes
SAMEDI 11 AVRIL
Depuis 21 jours, c'est le Printemps !

- 👉 C'est la Saint Stanislas
- 👉 C'est l'anniversaire de la célèbre Nicoletta (76 ans), de son vrai nom Nicole Grisoni. L'un de ses plus grands tubes ? « L'Homme à la moto ».



Votre petite boussole du jour

Gare au froid !

Du gel à la Saint-Stanislas et c'est deux jours de glace. Ne rangez donc pas si vite vos plus jolies pantoufles ! La dernière fois que vous avez vu la neige, c'était quand ?

👉 Ecrivez ces lignes sur un carnet et gardez-le précieusement. Et n'hésitez pas à écrire plus d'une ligne !



La petite gym joyeuse

UN EXERCICE ANTI-CRISPATION

Pour détendre votre ride du lion, placez l'index entre vos deux yeux.

Au niveau du haut du nez, lorsque vous haussez les sourcils, vous devez sentir un petit muscle se gonfler. Exercez une pression à cet endroit précis durant 5 secondes, puis relâchez en même temps que vos sourcils.

Recommencez 5 fois



Pratiqué les yeux fermés, cet exercice a des vertus encore plus relaxantes.

Bien chez moi



LE TRI QUI FAIT DU BIEN !

Les pros du tri vous le diront : le tiroir à couverts est celui dans lequel s'entassent le plus de choses inutiles.

Débarrassez-vous de tout ce qui l'encombre.

PS : ça marche aussi avec le tiroir du bureau ou de la salle de bains



Amis, cousins, cousines, oncles, tantes, voisins... : connaissez-vous leur date d'anniversaire à tous ? Pas sûr. Posez-leur la question et gardez la liste précieusement !



Devinette du jour, bonjour !

Avec un S, je suis couvert de sable ; avec deux S, je suis couvert de sucre. Qui suis-je ?

À demain pour la réponse !

Pour faire des millefeuillelles

À demain !

