

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
MERCREDI 6 MAI
Depuis 46 jours, c'est le Printemps !

- ☞ C'est la Sainte Prudence
- ☞ Aujourd'hui, c'est l'anniversaire du comédien Christian Clavier (alias Jacquouille la Fripouille dans « Les Visiteurs »), qui fête ses 68 ans.



La petite gym joyeuse

DES MAINS ÉLASTIQUES

Asseyez-vous et reliez vos dix doigts en passant un petit élastique autour de vos mains. Coudes soulevés, les paumes face-à-face, placez vos poignets en angle droit et tendez le bout des doigts vers le menton, comme si vous priez. Ecartez vos paumes l'une de l'autre, distantes de 3 cm. Tenez 2 secondes, puis relâchez. Faites 3 séries de 10.



Vous pouvez, de jour en jour, corser l'exercice en jouant avec la tension de l'élastique

Votre petite boussole du jour

Passion timbrée

La collection de timbres n'a jamais été aussi tendance ! Fouillez dans votre bureau ou votre secrétaire et gardez les plus jolis. Si vous n'en faites rien, gardez-les pour une personne de votre entourage et notez la raison pour laquelle vous lui faites ce cadeau.

Bien chez moi...



UN ALLER SIMPLE, SVP !

Dénichez dans vos affaires un souvenir de voyage. N'importe lequel ! Un coquillage – même minuscule –, un chapeau de paille, un paréo ou un foulard, un bibelot, et placez-le en évidence. Le simple fait de le regarder vous offrira une dose d'évasion quotidienne.



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



Ne nous dites pas que vous n'avez pas encore pris rendez-vous chez le coiffeur ? Depuis le temps que vous attendiez ça, n'hésitez plus ! Et prenez même celui pour le mois suivant, tiens !



Devinette du jour, bonjour !

Quelles sont les deux sœurs qui ont la meilleure vue ?

À demain pour la réponse !

Ella et Debby = Elle a des bigoudis

À demain !