



Choisis une couleur qui t'inspire la joie puis :

- repasse sur les lettres "LA JOIE" en appuyant un peu avec ton crayon pour qu'elles se voient bien
- colorie le triangle de la joie en laissant les petits cercles en blanc.

Ces petits cercles correspondent à l'intensité de ton émotion, c'est à dire si tu la ressens juste un peu ou très fort.

- Fais la même chose avec les 3 autres émotions.
- Ensuite, colorie et découpe le personnage ci-dessous. Tu le colleras avec de la patafix sur l'émotion et le petit cercle qui correspond à ta météo.

Pour savoir comment reconnaître ta météo, je te propose de regarder la vidéo que j'ai préparée sur Youtube. Elle s'appelle tout simplement "La Météo Intérieure" sur la chaîne Youtube MAGIC YOGA KIDS

