

RÉALISE UNE BOÎTACRIS



Activité issue de *Sorcidonie et les magipotirons*, de Nora Thullin et Ana Duna.

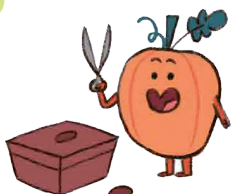
MATÉRIEL

- une boîte à chaussures en carton
- une paire de ciseaux
- des feutres

Potironchon s'ennuie ferme à la maison et finit par se mettre en colère. Pour retrouver son calme, Sorcidonie l'aide à nommer l'émotion qu'il ressent. Ensuite, vient la fabrication d'une boîteacris qui va l'aider à extérioriser sa frustration et son trop-plein de colère.



1



1 Comme Potironchon, prends une boîte à chaussures en carton et à l'aide de la paire de ciseaux, perce un trou au milieu du couvercle.

2



2 Tu peux décorer ta boîte avec des feutres selon ton émotion du moment. Écris ensuite joliment « boîteacris » dessus.

3

AAHH ! BOOUU !
HIII !



ASTUCE

Sorcidonie a encore plein d'astuces pour t'aider à apprivoiser tes émotions, comme la patafrousse. Par exemple, si tu as peur d'aller chez le docteur, prend de la pâte à modeler et donne forme à ta peur. Un bonhomme avec un drôle de chapeau, une moustache... Il te paraîtra alors moins effrayant, voire même rigolo !



Retrouvez toutes nos activités dans la chronique "LES IDÉES DU MERCREDI" sur RCF !



X FLEURUS