

# CORONAVIRUS : DÉFIS POUR PRENDRE SOIN DE MOI ET DES AUTRES

**Défis pour prendre soin de moi et des autres**  
LES PETITS CITOYENS

**POUR ME MOUCHER**

JE ME MOUCHE DANS UN MOUCHOIR EN PAPIER QUE JE JETTE TOUT DE SUITE APRÈS.

**POUR TOUSSER**

J'IMAGINE UN GESTE RIGOLO POUR TOUSSER OU ÉTERNUER DANS MON COUDE.

**POUR NE PAS CONTAMINER**

JE DESSINE SUR MES MAINS ET JE LES LAVE TOUTES LES HEURES POUR FAIRE DISPARAÎTRE LE DESSIN.

**POUR JOUER**

J'IMAGINE DE NOUVELLES RÈGLES AUX JEUX POUR GARDER UNE DISTANCE D'UN MÈTRE AVEC MES AMIS.

**POUR ME GRATTER**

J'AI TOUCHÉ MON VISAGE SANS M'ÊTRE LAVÉ LES MAINS AVANT, JE RÉCITE LA TABLE DE 6.

**POUR SALUER**

J'INVENTE UNE NOUVELLE FAÇON DE DIRE BONJOUR SANS TOUCHER MES AMIS.

**POUR SORTIR**

JE PERSONNALISE MON MASQUE POUR LE PORTER À L'EXTÉRIEUR DE LA MAISON.

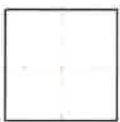
**POUR LES AUTRES**

JE PROTÈGE MA FAMILLE EN ME LAVANT LES MAINS DÈS QUE JE RENTRE CHEZ MOI.

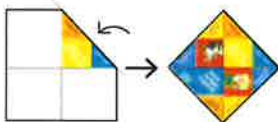
*Je prends soin de moi*

*Je prends soin des autres*

PLIE HORIZONTALEMENT ET VERTICALEMENT ET REDÉPLIE



PLIE LES 4 COINS (FACE DÉSSINÉE APPARENTE)



RETOURNE LA FEUILLE ET PLIE LES COINS



PLIE EN 2 POUR BIEN MARQUER LE PLI, PUIS REDÉPLIE ET RECOMMENCE DANS L'AUTRE SENS

