

RITUELS DU COUCHE

Au moment du coucher : « Je fais le tour de ma maison »

Aux baisers aux nounours et au doudou, à la petite histoire et au gros câlin, ajoutez un nouveau (et dernier !) rituel avec cette comptine :

- ⇒ Je fais le tour de ma maison (effleurez tout le tour de son visage avec votre index)
- ⇒ Je ferme ma porte : clic clac (enserrez doucement ses lèvres avec votre index et votre pouce)
- ⇒ Je monte les escaliers (faites grimper votre index et votre majeur sur l'arête de son nez)
- ⇒ Et je ferme les volets (abaissez ses paupières avec la paume de votre main)
- ⇒ Au revoir, la maison dort. Chut ! (posez un doigt sur vos lèvres, sortez doucement et éteignez la lumière).

Cette petite comptine va avoir un effet calmant sur votre enfant: les effleurements sur son visage vont le détendre et venir à bout de ses dernières et faibles résistances alors qu'il est fatigué. C'est le moment de se dire au revoir... vous vous retrouverez demain !