

Confinés & Cultivés !

Mercredi 27 mai

À la découverte
du corps humain...

C'est parti !

COMPRENDRE

Écoute Jamy Gourmaud
(C'est pas sorcier !)

sur...

- le bâillement
- l'éternuement
- les yeux

C'est parti !

SE DÉTENDRE

Fais un peu de beatbox

Bouge ton corps

Essaie-toi au yoga

Source : Le p'tit Libé