



# SEMER DE L'AMOUR

L'amour est le carburant nécessaire pour être épanoui et grandir sainement. Je vous propose donc de distiller de l'amour de différentes façons, pour remplir les réservoirs émotionnels de chaque personne de votre famille. Voici quelques idées :

## Des coeurs

Dessinez des coeurs dans la tasse de lait le matin, dans l'assiette avec la nourriture, avec des objets de la maison...

## Des petits messages

Écrivez des petits mots sur des post-its laissés à des endroits improbables comme sur la porte des WC, la pile de chaussettes ou encore la brosse à dents. Ces messages peuvent contenir des compliments, des félicitations, des mots doux ou des petits poèmes.

Vous pouvez aussi le faire sur la vitre de la voiture poussiéreuse, ou sur le miroir embué de la salle de bains.

## Des bisous

Un rouge à lèvres, des petits bouts de papier et voilà des bisous à laisser traîner un peu partout. Ça marche aussi avec des sourires et des petits bonhommes heureux.

## Des citations

Vous pouvez afficher toujours au même endroit (sur une ardoise dans la cuisine par exemple), une citation pleine d'amour, chaque matin. Vous en trouverez plein sur Internet.

## Une feuille d'annonces

Faites une annonce avec des petits mots à décrocher comme on décrocherait le numéro de téléphone lorsque l'annonce nous intéresse.

Sur chaque bout à décrocher, vous pouvez mettre "bon pour..." et noter des choses que vous savez que les autres auront envie de faire.