

Bonnes NAttitudes

Comme promis, voici des petites idées d'activités pour vos petits choux !

• Les classiques

Pensez activités en plein air pour les enfants. La plupart d'entre vous penseront à ces jeux et sports que nous avons tous pratiqués. En effet, ce sont des activités simples à organiser et pendant lesquelles on s'amuse toujours :

- S'il fait beau, profitez-en pour aller à la **piscine** !
- Et pourquoi ne pas tout simplement sortir se **promener** ?
- Sortir faire une **balade à vélo**, en **trottinette** ou même en **rollers**
- Un petit match de **foot** entre amis ou n'importe quel autre **sport de ballon** (balles aux prisonniers, nous on adore, on est encore des grands enfants chez N.A!)

• Pour changer du quotidien

Si vous voulez changer des activités ordinaires :

- C'est le week-end et vous avez un peu le temps ? Pourquoi ne pas faire un **paintball** ou un **laser-game**, grands comme petits, tout le monde se prend au jeu et on vous promet que tout le monde se sera bien dépensé.
- Et pourquoi ne pas organiser une **chasse au trésor** avec tous leurs amis ? Bien que cela demande un peu d'organisation de la part des parents, vous leurs promettez une après-midi pleine de suspens et de surprises, vous travaillez leur curiosité et leur débrouillardise, ils vous remercieront !
- Ou encore jouer au **frisbee** dans un jardin ou un parc
- Cerceau, corde à sauter, ping-pong** ou même du **trampoline** !!
Se dépenser en s'amusant, ce n'est pas si compliqué !

• Pour aider un peu Maman & Papa

Pour partager une activité avec votre enfant vous pouvez également lui demander d'aider dans les **tâches ménagères**, ce qui après tout peut se transformer en activité rigolote, ludique, et... physique !

- Si vous avez un **chien, il peut le sortir**, ils prendront tous les deux l'air et s'amuseront ensemble
- Qui refuserait une paire de bras supplémentaire pour **porter des petites courses**? Surement pas vous !
- Finalement, si vous devez vous occuper de votre **jardin**, pourquoi ne pas demander de l'aide à vos enfants ? Ils se rapprocheront de la nature et de ses trésors, et vous seront d'une précieuse aide !



Good NAttitudes

As promised, here are some activities ideas for your little pups!

• The classics

Think about outside activities for the kids. Most of you will think about those games and sports we all have played. Indeed these are easy to organise and we always have fun:

- Going out for a **bike** ride, **roller**...
- Why not simply going out for a **walk**?
- If the weather is nice, why not going to the swimming **pool**?
- A small **football** game with friends, or another **ball game** (dodge ball, we love it. Yes we still are kids here at [N.A!])

• To change a bit

If you want to change from the usual activities:

- It's the week end and you have some time? It's a good opportunity for a **paintball** or **laser game**. We promise you that kids as well as grownups will get into it and enjoy that game time.
- And why not organize a **treasure hunt** with all of their friends? Even if it requires some organisation from the parents, you'll give them an afternoon full of suspense and surprises. You'll help them work on their curiosity and resourcefulness; they'll thank you for it!
- Playing **frisbee** outside
- Hula hoop**, **skipping rope**, **ping pong** or even **trampoline**!!
Everything is good when you're having fun!

• To help Mum & Dad

To share moments and activities with your kid you can also ask for help with the **household chores**, after all everything can become a fun and physical activity!

- If you have a dog, your kid can **walk the dog**, both of them will be outside and they'll have fun together
- Who would say no to an extra pair of arms to **carry grocery shopping**? You probably won't!
- Finally, if you have a **garden** to take care of, why don't ask help to your kid? They'll get closer to nature and its treasures, and they'll be a precious help!

