



La bouteille étoilée

À quoi sert cette bouteille ?

Cette bouteille permet d'aider l'enfant à ralentir le rythme de ses émotions, à retrouver son calme et à prendre du recul. Une fois apaisé, il peut réfléchir plus sereinement et trouver plus facilement une solution à ce qui le préoccupe.

Comment fabriquer la bouteille étoilée ?

1. Je vide et sèche une petite bouteille lisse (50cl). (ex Badoit)
2. J'ajoute :
 - des paillettes (dorées, argentées, bleues...) ou poudre pailletée,
 - des sequins,
 - des petites étoiles,
 - un peu de colorant alimentaire (2 à 3 gouttes suffisent pour un résultat clair),
4. Je rempli à moitié d'huile (tournesol, glycérine, huile pour bébé),
5. J'ajoute de l'eau jusqu'en haut de la bouteille,
6. Un adulte ferme bien la bouteille avec de la colle chaude ou du scotch solide ou de la glue.
6. Je secoue... et je regarde ma galaxie se former dans mes mains.