LES AVENTURES DE LUMI — N°14



Les Super-Héros de la Maison

6 missions pour débloquer ses super-pouvoirs… et aider toute la famille, de 0 à 5 ans

0-2 ans & 2-5 ans | 1 semaine de super-missions | En famille



Costume | Rangement | Force | Gentillesse | Réflexes | Prudence

AVANT DE COMMENCER

Pourquoi cette aventure ?



Les tout-petits adorent se sentir **forts, grands et utiles**. Cette aventure transforme les petits gestes du quotidien (ranger, aider, être gentil, faire attention) en **super-pouvoirs** à débloquer. Résultat : ce qui était une corvée devient une mission héroïque !

Six missions, idéalement sur une semaine : créer son costume de héros, ranger à la vitesse de l'éclair, aider à la maison, devenir le héros de la gentillesse, entraîner ses réflexes et apprendre les règles du héros prudent (dont le **numéro 112**). Chaque pouvoir débloqué ajoute un écusson sur la cape. En bonus : le **super-tableau de la semaine** pour garder les bonnes habitudes.

Ce que votre enfant va développer

Confiance en soi
s'inventer un héros, se sentir capable

Autonomie
ranger, trier, s'organiser

Participation
aider à la maison, se sentir utile

Empathie
repérer qui a besoin d'aide

Motricité et réflexes
équilibre, précision, rapidité

Sécurité
connaître les dangers et les bons réflexes

Une aventure, trois niveaux : toute la famille joue ensemble

0-2 ans

Les tout-petits vivent chaque défi sous forme de jeu d'éveil, **dans vos bras ou sur vos genoux**.

2-3 ans ★

Les petits explorateurs jouent avec les images, accompagnés d'un adulte ou d'un grand frère, d'une grande sœur.

4-5 ans ★★

Les grands explorateurs relèvent les versions plus corsées : rangement chronométré, vraies tâches de la maison, situations à résoudre, parcours laser, règles de sécurité et numéro d'urgence.

Le déroulé conseillé

LUNDI ET MARDI

Missions 1 et 2

Le costume, puis le super-rangement de la chambre.

MERCREDI ET JEUDI

Missions 3 et 4

La super-force (aider à la maison) et la super-gentillesse.

LE WEEK-END

Missions 5 et 6

Le centre d'entraînement… puis le héros prudent.

Astuce fratrie : formez une « ligue de super-héros » : chacun a son pouvoir préféré, et les grands deviennent les mentors des petits (« Je t'apprends à ranger à la vitesse de l'éclair ! »).

APERÇU

Aperçu gratuit · version complète (20 pages) sur lumoraetvous.com

MISSION 1 · CRÉER SON HÉROS

1 Le Costume du Héros

Tout super-héros a un costume, un nom et un symbole. Mais le plus important, c'est son super-cœur ! Aujourd'hui, tu crées le héros que tu es au fond de toi.

0-2 ans **Super-bébé !**

Fixez un foulard sur les épaules de bébé avec 2 pinces à linge (jamais noué au cou). Devant le miroir : « Mais qui voilà ? Super-bébé ! » Portez-le à l'horizontale comme s'il volait (bien tenu !) : « Vouuum ! » Il adorera « voler » d'un bout à l'autre du salon.

2-3 ans ☆ **Mon masque et ma cape**

L'enfant choisit un masque (page 7), le colorie, et vous l'aidez à le découper et à y fixer un élastique. Pour la cape : une serviette de bain fixée avec 2 pinces à linge. Puis il trouve sa **pose de héros** devant le miroir !

4-5 ans ☆☆ **Mon identité secrète**

Il invente son **nom de héros** (Super-Lina, Captain Tom…), dessine son **symbole** sur le blason, et remplit sa **carte d'identité de héros** (page 7) : son pouvoir, sa phrase de héros, et… son point faible rigolo (il a peur des chatouilles ?).

APERÇU

La suite dans la version complète

Le rangement éclair, la gentillesse, les lasers… et 3 autres missions

APERÇU

Tout ce qui vous attend : 20 pages

Cape à écussons, 6 missions en 3 niveaux, masques et blason, étiquettes de rangement, cartes-missions de la maison, bons de gentillesse, parcours laser, carte du héros prudent et super-tableau.



Aperçu gratuit · version complète (20 pages) sur lumoraetvous.com



Envie de la suite ?

La version complète de **Les Super-Héros de la Maison** contient **20 pages** à imprimer :

- la **cape de héros** et ses 6 écussons à coller
- 6 missions en 3 niveaux (0-2 ans, 2-3 ans, 4-5 ans)
- 3 masques, le blason et la carte d'identité du héros
- **14 étiquettes de rangement** en images pour les boîtes à jouets
- 12 cartes-missions de la maison, classées par âge
- 6 cartes-situations et 8 bons de gentillesse à offrir
- le centre d'entraînement : parcours laser et défis réflexes
- la carte du héros prudent (112), le jeu des dangers, le **super-tableau de la semaine** et le diplôme

lumoraetvous.com › Boutique

Téléchargement immédiat · À imprimer chez vous (A4)

