


<h1 style="color: blue;">BOOSTER N° 24</h1>	
<h2 style="font-size: 2em;">Jouer</h2>	
<p>DESCRIPTIF : Quand on parle de jeu, on pense systématiquement enfants. Et pourtant saviez-vous que le jeu a de réels bienfaits chez l'adulte ? Au-delà de l'aspect détente et loisirs, le jeu fait travailler la réflexion, la stratégie, la créativité, l'imagination, l'esprit de compétition,...</p> <p style="text-align: center;">Jouer, c'est finalement travailler différemment !</p> <p>Le jeu est un outil formidable pour les relations humaines : il développe la communication, l'apprentissage et l'application des règles, le savoir gagner/perdre, le respect des autres.</p> <p style="text-align: center;">Jouer, c'est finalement communiquer différemment !</p> <p>Jouer c'est aussi laisser s'exprimer ses différentes personnalités : oser dépasser ses peurs, faire tomber les barrières, être « joueur ».</p> <p style="text-align: center;">Jouer, c'est finalement s'exprimer différemment !</p>	
<p>DUREE A PREVOIR - RYTHME / PERIODICITE : Au moins une fois par mois !!</p>	
<p>MATERIEL NECESSAIRE : Jeux d'extérieur Jeux de plateaux Jeux de cartes Jeux vidéo Tablettes, ordinateurs Etc,...</p>	<p>RESSOURCES : Ludothèques : louer des jeux pour tester !! Vos placards ;)</p>
<p>BENEFICES / BIENFAITS : Développe la réflexion, la stratégie Favorise la communication et les relations humaines Moments de détente entre amis ou en famille Rire, lâcher-prise, se déconnecter</p>	<p>INCONVENIENTS : Trouver du temps dédié Attention aux « mauvais joueurs » et aux tricheurs</p>
<p>ASTUCES / CONSEILS : Diversifiez vos jeux Prenez l'habitude de varier les jeux, alternez les jeux de cartes, de plateaux, même les jeux vidéo. N'ayez pas peur de tester des jeux que vous ne connaissez pas !!</p> <p>Organisez une soirée jeux Invitez vos amis à partager un moment de détente autour d'une sélection de différents jeux. Privilégiez les jeux de courte durée (15/20 minutes max). Pour pimenter la soirée, vous pouvez également associer un gage pour le perdant !!</p> <p style="text-align: center;">Comme d'habitude, partagez, likez, commentez et offrez nous vos expériences et résultats ;)</p>	