



Aujourd'hui, je ne vais pas à l'école.



C'est une journée de congé.



Aujourd'hui, je ne vais pas regarder la télévision.



Il n'y a pas d'électricité de toute façon.



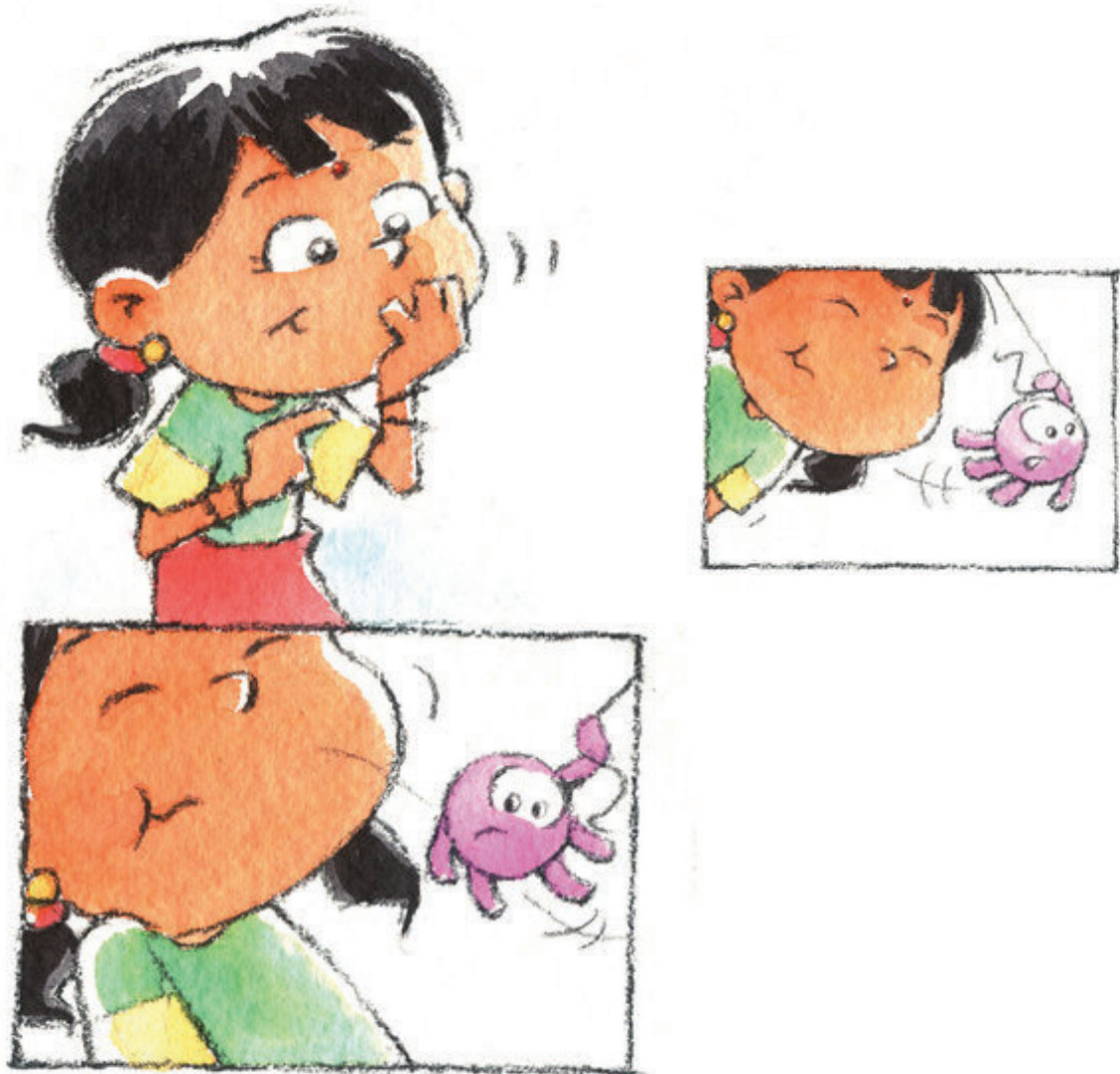
Mais...qu'est-ce que je vais faire?



Aujourd'hui, je vais écouter mon corps.



Premièrement, je dois rester silencieuse pour bien l'entendre.



Maintenant, je peux entendre ma respiration.

Inspire... Expire...

Inspire... Expire...



Je peux aussi entendre mon cœur battre.
Bouboum, bouboum,
bouboum...



Est-ce que mon cœur peut battre plus vite ou moins vite?

Oui, mon cœur peut battre plus vite en sautant sur place plusieurs fois.



Regarde, mon cœur bat très vite maintenant.
Bouboum, bouboum,
bouboum...



Si je mets mes doigts sur mon poignet, je peux aussi sentir mon cœur battre.



Puis, je peux m'entendre rire...
Ah ah ah ah ah ah ahhhh!



...et pleurer.
Snif... Snif... Snif...



Je peux aussi taper des mains.
Clap! Clap! Clap! Clap!



Je peux entendre mon estomac gargouiller.
Gargl argl gggaarrgl garrrgggllll



On dirait qu'il crie:
"J'ai faim! J'ai faim!"



Puis, mon nez peut sentir les bons biscuits de maman.



C'est amusant d'écouter mon corps.
Maintenant, je peux entendre ma bouche mâcher.

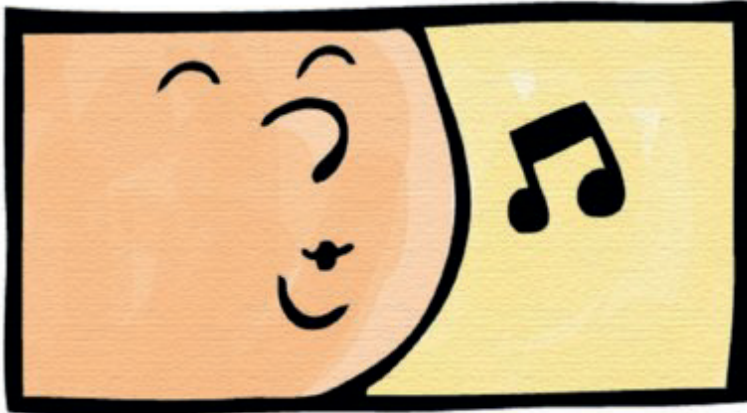


Ainsi, mon estomac se réjouira en mangeant les bons biscuits de maman.

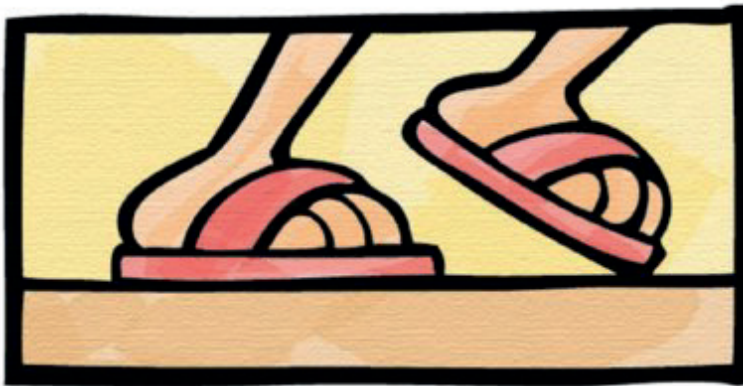
Trouve le son qui correspond à l'image.



Tap! Tap!



Clap! Clap!



Fiu! Fiu!



This book was made possible by Pratham Books' StoryWeaver platform. Content under Creative Commons licenses can be downloaded, translated and can even be used to create new stories - provided you give appropriate credit, and indicate if changes were made. To know more about this, and the full terms of use and attribution, please visit the following [link](#).

Images Attributions:

Page 23: [Hands clapping, lips puckered and feet tapping](#) by [Angie & Upesh](#) © Pratham Books, 2008. Some rights reserved. Released under CC BY 4.0 license.

Disclaimer: https://www.storyweaver.org.in/terms_and_conditions



Some rights reserved. This book is CC-BY-4.0 licensed. You can copy, modify, distribute and perform the work, even for commercial purposes, all without asking permission. For full terms of use and attribution, <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

