



Adopter des rituels est une excellente façon d'aider l'enfant à développer son plein potentiel. Éthos a été conçu afin d'être le parfait compagnon pour l'accompagner au quotidien dans cette voie.

Véritable outil thérapeutique, il aide l'enfant à reconnaître et écouter les messages précieux véhiculés par ses émotions. Il y a toujours quelque chose de **SAGE** à y découvrir!

Apprendre tôt dans la vie que les émotions ne sont ni négatives, ni positives et qu'elles sont tout au plus agréables ou désagréables à vivre, est un cadeau inestimable qui aidera l'enfant à développer son intelligence émotionnelle. L'émotion, est un message que le corps nous envoie pour de bonnes raisons...

**Découvrez toutes les ressources d'Éthos pour créer vos rituels bénéfiques!**

#### Favorise la détente et soulage les bobos

Grâce à une compresse multi-usages pouvant être placée au micro-ondes ou au congélateur, Éthos favorise la détente et la relaxation par une chaleur réconfortante et soulage les petits bobos par le froid. La manipulation des billes dont il est rempli aide aussi à libérer le stress.

#### Pointe de la queue en forme de V, comme dans le mot VICTOIRE

Pour célébrer les « petites » victoires et aider l'enfant à se concentrer sur ses accomplissements, qu'ils soient petits ou grands.

#### Texture douce faite de matière synthétique

Idéale pour préparer au sommeil, réconforter et procurer un effet sensoriel calmant.

#### Queue rayée de 6 couleurs différentes représentant chacune la couleur d'une émotion

Permet à l'enfant d'identifier les émotions vécues par l'utilisation du langage des couleurs : « De quelle couleur te sens-tu aujourd'hui? ».

#### Fermeture éclair à la bouche

L'enfant peut y libérer son esprit en se débarrassant de ses préoccupations et pensées négatives, soit par un petit mot écrit, un dessin ou simplement par l'imagination.

#### Poids de 750 grammes

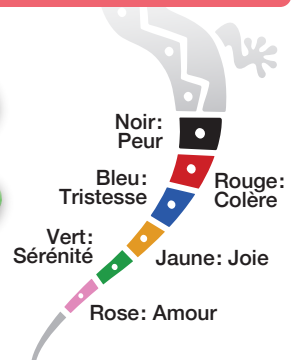
La lourdeur d'Éthos placée sur son ventre aide l'enfant à pratiquer des exercices de respiration ce qui l'aide à calmer ses émotions et son agitation.

#### Pattes arrière à gros doigts

Pour réguler les émotions et diminuer l'anxiété par la pratique amusante de la cohérence cardiaque. L'enfant n'a qu'à suivre avec son doigt la forme de la patte, chaque doigt des pattes représentant un cycle de respiration.

#### Doigts des pattes pour énumérer

Beaucoup de possibilités pour les rituels du coucher : 5 gratitude, 5 choses pour lesquelles on est reconnaissant, 5 affirmations positives, etc.



### Pourquoi Éthos?

En grec, Éthos signifie la manière d'être d'une personne. Ce mot désigne en premier lieu l'image de soi plus ou moins consciente et plus ou moins maîtrisée.

C'était le nom tout désigné pour ce lézard si avisé!