

Ma langue en super-forme avec le Spoony Gloss® !

Mini-guide ludique pour muscler ta langue et bien la placer.

 Avec ton super-héros Spoony Gloss® !

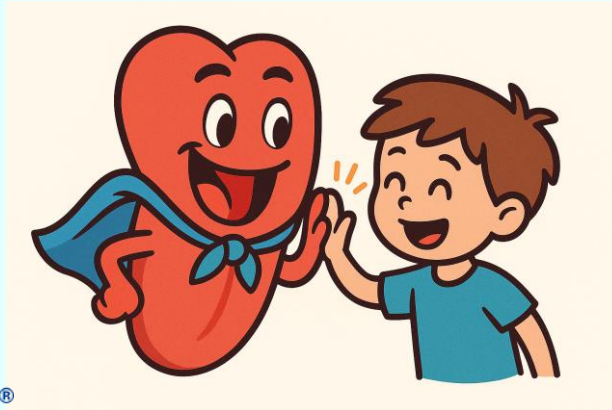


Bienvenue !

Je suis ton Spoony Gloss®.

Mets-moi quelques minutes par jour et joue avec moi !

Ta langue sera plus forte et bien placée.



Exercice 1 : Le Chef d'Orchestre 🎵

👉 Mets ton Spoony Gloss®, colle ta langue au palais.

Imagine que ta langue est un chef d'orchestre qui dirige tes dents.

- Tapote doucement.
- Compte jusqu'à 10 sans décoller la langue.

★ Défi : fais-le en écoutant tes chansons préférées, en regardant ta série préférée, ou en lisant une petite histoire dans un livre !



Spoony Gloss®
Réveillez votre langue !

Exercice 2 : Le Dragon qui souffle



👉 Mets ton Spoony Gloss® et ferme bien la bouche.

Respire seulement par le nez.

- Inspire par le nez.
- Expire doucement par le nez.

★ Défi : fais-le en écoutant de la musique ou une histoire, ou en jouant

Exercice 3 : La Colle Magique



👉 Mets ton Spoony Gloss® et imagine que ta langue est collée au palais.

Essaie d'ouvrir grand la bouche sans la décoller.

- Ouvre, ferme... 5 fois.

★ Défi : fais-le devant un miroir et tire la langue au dragon !



Exercice 4 : Le Super Héros du Sourire



👉 Mets ton Spoony Gloss®, colle ta langue au palais.
Souris comme un super-héros prêt à sauver le monde !
- Tiens le sourire 10 secondes.

★ Défi : montre ton sourire, gagne un câlin et fais-toi raconter une histoire!

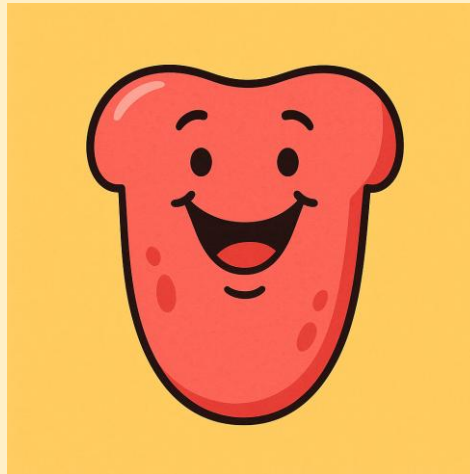


Tableau de suivi



Coche chaque jour quand tu fais tes exercices :

☒ Lundi ☒ Mardi ☒ Mercredi ☒ Jeudi ☒ Vendredi ☒ Samedi ☒ Dimanche

 Colorie un smiley quand tu réussis toute la semaine !

Tableau de suivi



Coche chaque jour quand tu fais tes exercices :

★ Colorie un smiley quand tu réussis toute la semaine !

Tableau de suivi



Coche chaque jour quand tu fais tes exercices :

★ Colorie un smiley quand tu réussis toute la semaine !

Bravo ! 🎉

Ta langue est devenue plus forte grâce au Spoony Gloss®.
Continue tous les jours pour garder ton super pouvoir !

