



# Le Qi Gong



## des Animaux pour Enfants

Créé par HUA TUO médecin chinois et élaboré après observation des animaux qui selon sa nature, sa façon de se mouvoir, de réagir, de se nourrir ou se défendre représente les 5 énergies des 5 organes : Foie, Cœur, Estomac, Poumons, Reins

L'idée étant qu'au travers de l'imitation de ces animaux, créer un ancrage, d'équilibrer les organes et fluidifier les émotions qui leur sont liées.

Le côté imitation du comportement de manière répétitive, va permettre à l'enfant de s'équilibrer physiquement et psychologiquement améliorant coordination des mouvements, centrage, conscience du corps en mouvement dans un espace qui est le sien puis tout en jouant, interagir s'il le souhaite, avec les autres.



Energie Bois : Foie  
Vésicule biliaire,  
Muscle, Tendon, Yeux  
Colère Frustration  
Puissance Souplesse



Energie Terre : Rate  
Pancréas, Estomac  
Ancrage, Centrage  
Contentement, Douceur  
Agressivité, Agitation



Energie Eau : Reins,  
Vessie, Hormones,  
Sexualité, Oreilles  
Peur, Stress, Attention  
Flexibilité, Fierté



Energie Métal :  
Gros Intestin,  
Poumons  
Légèreté, Grâce,



Energie Feu : Cœur  
Intestin grêle  
Sang, Vitalité,  
Agilité, Joie

Animation Elisabeth 077 454 07 37

