

Ce Noël, offrez-vous la tranquillité d'esprit...

Pour une majorité de gens, Noël signifie le rassemblement de la famille et des amis afin de célébrer ce moment de réjouissance. Noël, c'est aussi une pause, un temps d'arrêt et un moment féérique apprécié par petits et grands. Mais la réalité est souvent différente! Est-ce que le brouhaha et la fébrilité du temps des fêtes nous éloignent de nos valeurs traditionnelles?

Course folle contre la montre pour l'achat des cadeaux, allers-retours dans les centres d'achat, stress, questionnements... Cette année, pourquoi ne pas faire les choses différemment en gardant le cap sur les valeurs traditionnelles? Les moments de qualité en famille sont au cœur de cette célébration : jouer à l'extérieur, cuisiner avec les petits, partager un bon repas ou expérimenter un nouveau jeu de société sont tous des exemples qui vous permettront de profiter pleinement de cette célébration...

Profitez du moment présent

Appréciez la douceur du mois de décembre et des premiers flocons de neige pour faire des activités à l'extérieur. Glissade, marche en forêt, raquette, balade dans la ville... Toutes les excuses sont bonnes pour mettre le nez dehors! Vous souhaitez faire une activité particulière et vous n'avez jamais le temps? Profitez du temps des fêtes pour réaliser ce souhait avec vos proches!

Le Web : tout un cadeau!

Pour l'achat de vos présents, évitez de faire la queue et rendez-vous sur le Web! Certains sites offrent même des idées cadeaux et des comparaisons de prix! **Petit truc** : débutez votre magasinage à l'avance! Vous aurez ainsi plus de temps à consacrer à votre entourage quelques semaines avant Noël.

Un site à ajouter dans vos favoris

www.ideecadeauquebec.com

Ce site permet de magasiner par catégories de cadeaux et de voir la cote de satisfaction des acheteurs. Il apporte aussi une foule de suggestions reliées à votre recherche.

La créativité : un cadeau pour le portefeuille!

Cette année, utilisez votre imagination, créez vos propres cadeaux et impliquez vos enfants! **Petit truc** : emballer les cadeaux à l'aide de journaux ou de papiers recyclés peut apporter une belle touche d'originalité à vos présents! En plus de faire plaisir à vos proches, vous apporterez une dimension festive et créatrice à cette fête de Noël!

Découvrez un site Web qui activera vos neurones créatrices

L'Effet Créa - www.leffetcrea.com

Ce site propose des textes inspirants ainsi que des techniques pour réaliser des créations personnelles. Un atout intéressant : des vidéos sont disponibles afin de bien démontrer les techniques utilisées.

Cette année, nous vous souhaitons de passer un temps des fêtes axé Santé avec plaisir et détente au menu! Profitez de ce moment pour cultiver les **petites attentions**, montrer de la **reconnaissance** aux personnes importantes dans votre entourage et apprécier les **plaisirs simples** de la vie. Vous verrez, toutes ces petites actions vous apporteront des moments de pur bonheur... et des souvenirs heureux plein la tête!

Joyeuses Fêtes! ❄️ ❄️ ❄️