

C'HOARIVA

Stal c'hoariva

- ✓ **Ar furlukin**
Ar furlukin a sikouro pep hini da c'hoari da vat ar pezh a zo don en e galon, da vezañ dres d'an ampoent evit santout ar fromoù, da vezañ war evezh e pep mare ha da vezañ kad da c'hoari war ar prim. Pleustradegoù a vo diazezet war an alan, ar selaou hag ar selloù.

- ✓ **Ar c'horf hag ar vouezh**
A-raok kregiñ da c'hoari e ranker kemer amzer da zistignañ ar c'horf. Er vuhez pemdeziek e vez lakaet bec'h war an den, war e gorf. Neuze e vo kemeret amzer da sioulaat ha da selaou ar c'horf dre pleustradegoù Qi Gong evit mont e darempred gant hon diabarzh deomp-ni. Peurachuet e vo al labour gant ar c'horf a-drugarez d'an dañs a sikouro ac'hanomp evit kaout skiant eus an egor tro-dro deomp hag eus korfoù an dud a vo a-gevret ganeomp-ni war al leurenn.

Pouezus-kenañ eo alaniñ mat. A-drugarez d'an alan e c'heller implijout mat ar vouezh hag ar c'horf.

- ✓ **Ar skritur**
Pep hini a c'hallo lavaret ar pezh a zo don en e galon. Al labour gant ar c'horf, gant ar vouezh e vo un digarez da bep hini da ijinañ ha da skrivañ istorioù berr.

Ul labour a-stroll eo ar c'hoariva : ober anaoudegezh gant ar re all, kemer plijadur, ha kaout doujañs dreist pep tra. Ret e vo dont bemdez ha chom betek Gwener noz evit an abadenn.

Petra zo da zegas ?

- Dilhad da bemdez sklaer pe gant livioù : bragoù pe sae pe vroz, hiviz pe roched pe tee shirt, un tog. Lakaet a vo an dilhad-se asambles evit ober ur gwiskva a-stroll ; ar furlukin a blij dezhañ en em zic'hizañ gant dilhad dispar (dépareillé) !
- Botoù du skañv pe botoù dañs,
- Un tapis, ur c'haer hag ur c'hreion.

EVEZHIADENN : Pleustret e vo war an danvez-se bemdez eus 9 eur betek kreisteiz hag eus 2 eur betek 5 eur goude kreisteiz, a-hed ar sizhun.

Ar stajidi o devo dibabet mont gant ur rummad diouzh un tem ne c'hellint ket kemer perzh er c'hentelioù brezhoneg kinniget diouzh live an dud.