

# JOURNÉE INTERNATIONALE DU CÂLIN OU « HUG DAY »

## HUG DAY



### LE 21 JANVIER EST LA JOURNÉE MONDIALE DU CÂLIN

Si en 1986 the national Hug Day était une journée du câlin instaurée au États Unis, de plus en plus de pays l'ont adopté comme le Royaume Uni, l'Australie et même la France.

Aujourd'hui la journée du câlin est devenue une journée internationale fêtée dans de très nombreux pays.

C'est sous l'action du révérend Kevin Zaborney, un révérend américain du Michigan qu'a été créé la journée nationale du câlin aux États Unis. En fait la tradition du

câlin existe au États Unis depuis les années 50, mais elle n'est devenue journée officielle qu'en 1986.

L'idée simple est que les câlins aident à mieux vivre et à mieux grandir ! Depuis sa création plusieurs études médicales ont démontré l'effet positif du câlin sur notre humeur et sur notre santé.

Les enfants encouragés par des câlins travailleraient mieux, ceux dont les parents s'embrassent régulièrement grandiraient mieux ...

Même si le sérieux de ces études n'est pas prouvé, un câlin est toujours bon à prendre et même s'il ne fait pas grandir plus il aide à se sentir mieux !

La journée mondiale du câlin est l'occasion de réapprendre à nos enfants à manifester leur tendresse et leur amour à ceux qui leur sont proches.

La journée internationale du câlin est l'occasion de se faire des bisous en famille, pourquoi pas un câlin familiale géant !

La journée internationale du câlin est l'occasion d'envoyer un câlin par carte !

Embrassez-vous, câlinez-vous ! **Le 21 janvier est la journée internationale du câlin !**