Ma routine du soir

Prénom _____ Semaine du _____

QUAND C'EST FAIT, JE COLORIE L'ÉTOILE	Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven	Sam	Dim
📵 J'éteins les écrans	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆
🛁 Douche ou bain, puis pyjama	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆
🪥 Je me brosse les dents	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆
🎒 Je prépare mes affaires pour demain	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆
📖 Un moment calme avec une histoire	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆

Ce que je suis fier ou fière d'avoir fait : _____

Pour les parents : Même ordre chaque soir, un seul rappel par étape, et on remarque ce qui est fait. Plus d'idées : elyvel.com/blog/routine-du-soir-enfant

elyvel
Le tableau de motivation qui ne punit jamais
À imprimer librement pour la famille