



ROUTINE DU COUCHER

GUIDE DE L'UTILISATEUR

À la demande de plusieurs parents, nous avons créé un outil concret.

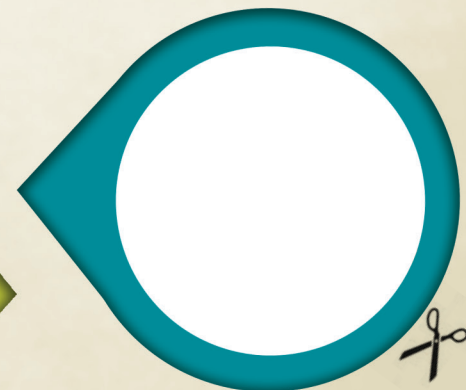
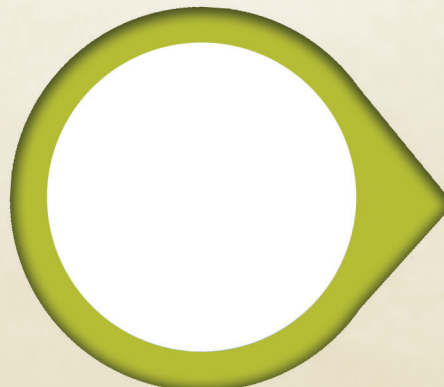
MODE D'EMPLOI :

- Découper les pastilles rondes
- Ajouter vos propres routines à l'aide des pastilles blanches
- Ne pas hésiter à adapter l'outil à votre réalité
- Choisir les pastilles qui vous conviennent
- Si vous le désirez, ajouter le nom ou la photo de votre enfant à une pastille ci-dessous lui permettant d'indiquer où il est rendu dans sa routine
- Choisir un endroit visible et à la hauteur de votre enfant pour coller l'affiche
- Avec l'aide de votre enfant, déterminer l'ordre de votre routine
- Utiliser de la gommette bleue, des velcros, du papier collant pour apposer les pastilles sur l'affiche

SAVIEZ-VOUS QUE...

- L'enfant a besoin de temps pour intégrer un changement parfois plusieurs semaines et les parents, de patience...
- Impliquer l'enfant dans le choix de l'ordre de la routine permet une meilleure collaboration de celui-ci
- Peu importe votre routine, l'important, c'est la constance et la douceur

Site de référence :
www.naitreetgrandir.com





JEU CALME



COLLATION



TOILETTE

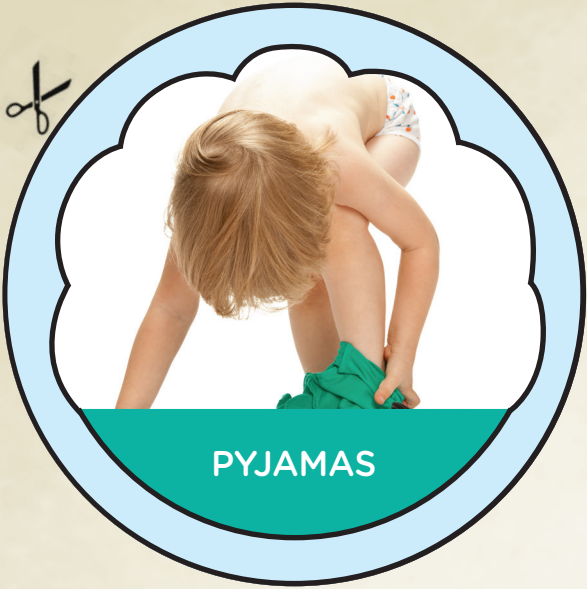


DENTS ET
CHEVEUX



ME LAVER





PYJAMAS



LECTURE



M'ENDORMIR
SEUL

