



QUAND J'ARRIVE LE MATIN :

-
-
-



PENDANT LES ACTIVITÉS :

-
-
-



PENDANT LE REPAS :

-
-
-



PENDANT LE TEMPS CALME :

-
-
-



AVANT DE PARTIR :

-
-
-

MES ROUTINES RASSURANTES

Exemple



QUAND J'ARRIVE LE MATIN :

- Ça me rassure de poser mon manteau toujours au même endroit
- Ça me rassure de lire mon livre Pat Patrouille avec un animateur
- Ça me rassure de faire aurevoir à papa par la fenêtre



PENDANT LES ACTIVITÉS :

- Ça me rassure d'enclencher mon Timer
- Ça me rassure de prendre la peluche dinosaure avec moi
- Ça me rassure d'aller courir dans la cour quand le Timer sonne



PENDANT LE REPAS :

- Ça me rassure d'être assis toujours à la même place
- Ça me rassure d'aller remplir la carafe au milieu du repas
- Ça me rassure d'empiler tous les verres de la table à la fin du repas



PENDANT LE TEMPS CALME :

- Ça me rassure d'aller écouter une histoire audio dans le coin calme
- Ça me rassure de prendre mon doudou et mon Timer
- Ça me rassure de regarder mon planning de la journée



AVANT DE PARTIR :

- Ça me rassure de faire le tour de la structure
- Ça me rassure d'aller ranger la peluche dinosaure dans le bureau de la directrice