

Charte de confinement

- ① Se lever tranquillement : ne pas râler, ni crier
- ② Ne pas allumer la télévision mais prendre un livre
- ③ Ne pas réveiller ses parents avant 8H
- ④ Prendre son petit-déjeuner proprement avec ses parents
- ⑤ S'habiller seul, faire son lit et faire sa toilette
- ⑥ S'installer sur son bureau



Travailler par intermittence entre 9H30 - 12H

Favoriser sur le temps activités pour les petits (Montessori, yoga, musique, lecture, aide préparation repas)

- ⑦ Ne pas déranger ses parents qui télétravaillent
- ⑧ Pendant que les parents préparent le repas, l'enfant met la table (assiettes, couverts, verres, serviettes) ; à la fin du repas l'enfant aidera à débarrasser
- ⑨ Brossage de dent
- ⑩ Moment de détente pour l'enfant (minimum 30 minutes ; voir en fonction de l'âge de l'enfant) puis un peu de devoir
- ⑪ Rangement chambre pendant 10 minutes
- ⑫ Tenue pyjama autorisée week-end et jours fériés
- ⑬ Un temps dessin ou jeu vidéo (maximum 40 minutes [moins pour les petits])
- ⑭ Avant le repas du soir, une musique de détente accompagné d'un livre
- ⑮ Pendant que les parents préparent le repas, l'enfant met la table (assiettes, couverts, verres, serviettes) ; à la fin du repas l'enfant aidera à débarrasser
- ⑯ L'enfant (sans râler) va faire sa toilette (douche + brossage dent)
- ⑰ L'enfant va dans son lit et choisit un livre pour le lire ou que son parent lui lise



Made in Sandy C.