

## Les vacances arrivent mais le confinement continue

Cela fait plusieurs semaines maintenant que nous sommes confinés. Il a fallu faire l'école à la maison, mais **maintenant ce sont les vacances**. Il est important de marquer ce changement. Pour cela **il faut changer de rythme** mais ne pas oublier de **garder des repères rassurants**.

### Garder des règles sans se fâcher:

Le secret est de faire en sorte que les enfants aient envie de faire ce qui est demandé.

Mettre en place un tableau de responsabilités rémunérées par des points.

Ensuite les enfants peuvent acheter des récompenses (choisies en famille et adaptées aux enfants) en échange de leurs points.



WWW.HOPTOYS.FR

### Exemple de Marché aux récompenses:

2 pts = une histoire  
5 pts = une soirée cinéma à la maison  
8 pts = 20 minutes d'écran en plus  
...

### Des idées pour s'occuper:



lecarnetdemma.fr

Dans un bocal chacun peut mettre ses idées:

- Activités ludiques
  - Activités physiques/sportives
  - Activités créatives
  - Activités gourmandes
- Et les jours où on ne sait pas quoi faire on pioche.

### Un moment de tendresse:

#### LES BÉNÉFICES DES CÂLINS



7 MINUTES DE CÂLIN PAR JOUR SUFFISENT POUR SE SENTIR HEUREUX.

Parfois un câlin c'est tout ce qu'on a besoin pour aller mieux!

Alors qu'attendez-vous pour faire des câlins ?

HOPTOYS.FR

### Tableau d'organisation des tâches de la famille

	LUUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Mettre la table	Enfant 1						
Débarasser la table	Enfant 2						
Ranger le salon	Enfant 1						
Passer l'aspirateur	Enfant 1						
Ranger l'entrée	Enfant 2						