



Ma valise d'activité

Décorer ma chambre

Faire un gâteau en famille

Se balader en famille

Ecrire une histoire

Lire un livre

Faire un jeu de société

Faire du vélo en famille

Dessiner ma famille

Dessiner mon arbre généalogique

Inviter un copain/une copine

Faire une balade avec mon chien

Faire un coloriage



Ma valise d'activité

Faire une cabane
dans ma chambre

Faire de la pâte à sel

Créer une cabane
dans les arbres

Ecouter un livre
audio

Faire de la peinture

Organiser une
chasse au trésor
dans ma maison

Créer mon premier
potager

Créer et décorer ma
boîte à secret

Réaliser des
origamis

Méditer en famille

S'amuser au parc

Faire des
scoubidous



Ma valise d'activité

Apprendre un tour
de magie

Faire un quiz
musical

Se rendre à la
bibliothèque

Faire un puzzle

Créer mon propre
déguisement

Faire une
compétition d'avion
en papier

S'amuser au
skatepark

Faire des bulles de
savon

Faire de la mosaïque

Faire des
expériences
scientifiques
ludiques

Faire un rallye photo

Faire de la pâte à
modeler



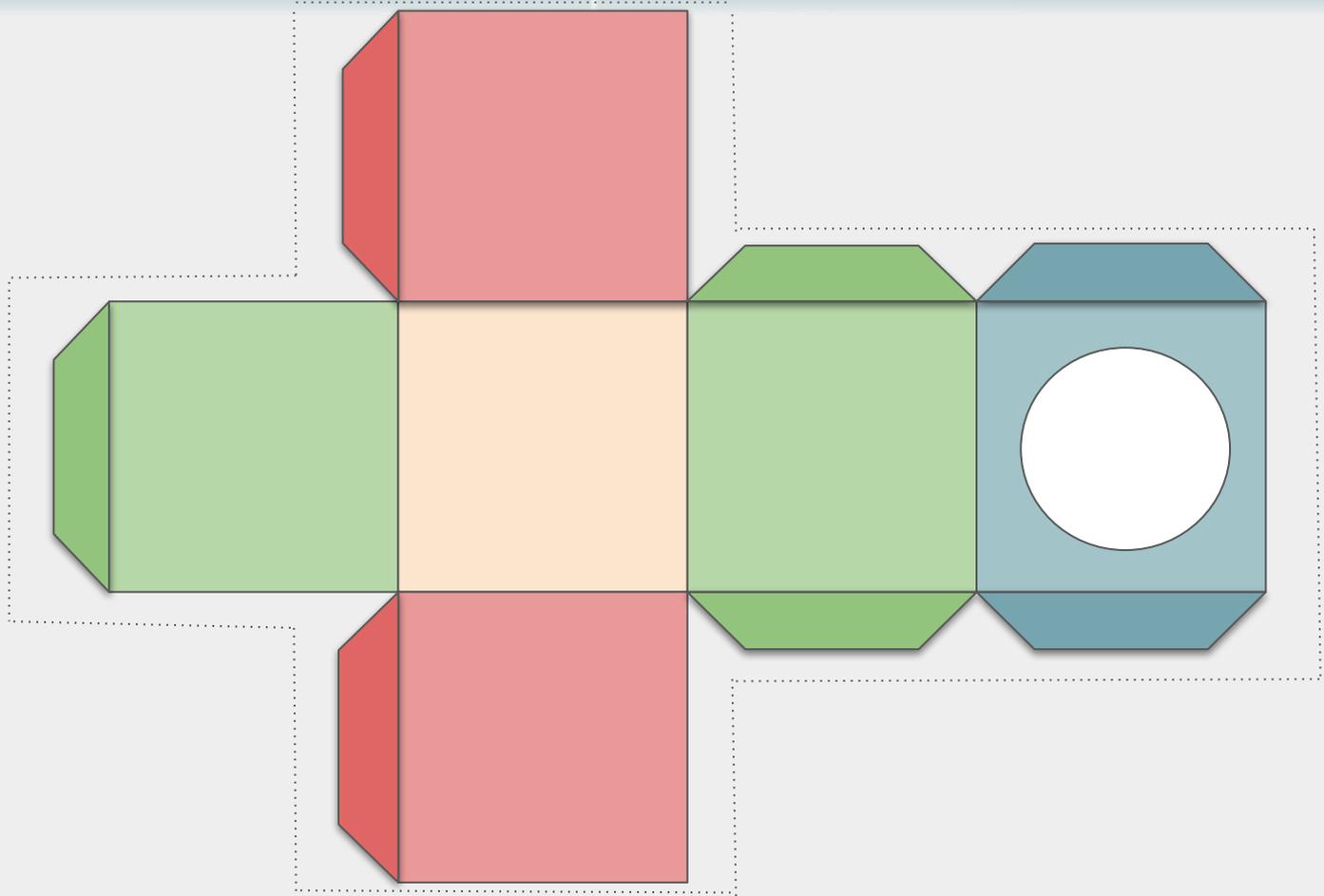
Ma valise d'activité



Ma valise d'activité



Découpe moi !





Les objectifs

Objectifs :

- Favoriser l'estime de soi
- Apaiser le sentiment de frustration
- Introduire des comportements de motivation
- Favoriser le développement de l'autonomie
- Permettre à votre enfant de jouer seul
- Partager des moments de convivialité en famille
- Limiter l'usage des écrans
- Développer la créativité

1.



Les conseils d'utilisation

Comment ?

1. Utiliser la boîte de votre choix pour y déposer les étiquettes d'activité. Vous pouvez également imprimer (en plus grand format), découper et construire la boîte fournie avec l'outil. Découper le cercle blanc pour pouvoir y déposer et récupérer les étiquettes.
2. En famille ou lorsque que votre enfant souhaite réaliser une activité seul, proposez lui de piocher une étiquette d'activité.
3. Les étiquettes vides vous permettent de compléter cette liste qui est non-exhaustive.
4. Cette boîte à outil ne doit pas se substituer à des temps en individuel avec votre enfant. Cela doit rester complémentaire.

Le code couleur :

 Activités seul ou en famille

 Activités en extérieur

 Activités en famille

 Activités en individuel

Petit plus :

Vous pouvez vous munir d'un time-timer pour indiquer à votre enfant le temps pendant lequel il doit s'occuper en autonomie.