

La mia routine della sera

Dai 3 ai 5 anni

Nome _____

Settimana del _____

	Lun	Mar	Mer	Gio	Ven	Sab	Dom
 Giochi nel cesto	○	○	○	○	○	○	○
 Bagnetto (le sere del bagno)	○	○	○	○	○	○	○
 Pigiama	○	○	○	○	○	○	○
 Denti (con un adulto)	○	○	○	○	○	○	○
 Bagno e acqua	○	○	○	○	○	○	○
 Storia	○	○	○	○	○	○	○
 Luce spenta, canzone della buonanotte	○	○	○	○	○	○	○

Appendi la tabella dove si svolge la routine e indicala invece di annunciare ogni passo.





habibee.app

Per i grandi: prova l'app Habibee. Ogni compito fatto vale miele, da scambiare con ricompense.

Immagini: Fluent Emoji di Microsoft (licenza MIT)



La mia routine della sera

Dai 6 agli 8 anni

Nome _____

Settimana del _____

	Lun	Mar	Mer	Gio	Ven	Sab	Dom
 **Vestiti nella cesta**							
 **Vestiti di domani sulla sedia**							
 **Zaino vicino alla porta**							
 **Lavarsi e pigiama**							
 **Denti**							
 **Lettura**							
 **Cinque respiri lenti, luce spenta**							

Appendi la tabella dove si svolge la routine e indicala invece di annunciare ogni passo.





habibee.app

Per i grandi: prova l'app Habibee. Ogni compito fatto vale miele, da scambiare con ricompense.

Immagini: Fluent Emoji di Microsoft (licenza MIT)



La mia routine della sera

Dai 9 ai 12 anni

Nome _____

Settimana del _____

	Lun	Mar	Mer	Gio	Ven	Sab	Dom
 **Zaino e merenda pronti**	○	○	○	○	○	○	○
 **Doccia**	○	○	○	○	○	○	○
 **Filo interdentale e denti**	○	○	○	○	○	○	○
 **Dispositivi in carica fuori dalla camera**	○	○	○	○	○	○	○
 **Lettura**	○	○	○	○	○	○	○
 **A letto entro le ------**	○	○	○	○	○	○	○

Appendi la tabella dove si svolge la routine e indicala invece di annunciare ogni passo.





habibee.app

Per i grandi: prova l'app Habibee. Ogni compito fatto vale miele, da scambiare con ricompense.

Immagini: Fluent Emoji di Microsoft (licenza MIT)