

La mia routine della sera

Nome _____

Dai 3 ai 5 anni

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

Nome _____

Dai 9 ai 12 anni

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)