

Min kvällsrutin

3–5 år

Namn _____

Vecka _____

	Mån	Tis	Ons	Tor	Fre	Lör	Sön
 Leksakerna i korgen	○	○	○	○	○	○	○
 Bad (på badkvällar)	○	○	○	○	○	○	○
 Pyjamas på	○	○	○	○	○	○	○
 Borsta tänderna (med en vuxen)	○	○	○	○	○	○	○
 Toa och ett glas vatten	○	○	○	○	○	○	○
 Saga	○	○	○	○	○	○	○
 Släck lampan, godnattsång	○	○	○	○	○	○	○

Sätt upp schemat där rutinen sker och peka på det i stället för att säga varje steg.





habibee.app

För vuxna: prova appen Habibee. Barnet tjänar honung på uppgifter och byter den mot belöningar.

Bilder: Fluent Emoji från Microsoft (MIT-licens)



Min kvällsrutin

6–8 år

Namn _____

Vecka _____

	Mån	Tis	Ons	Tor	Fre	Lör	Sön
 Kläderna i tvättkorgen	○	○	○	○	○	○	○
 Morgondagens kläder på stolen	○	○	○	○	○	○	○
 Skolväskan vid dörren	○	○	○	○	○	○	○
 Tvätta sig och pyjamas på	○	○	○	○	○	○	○
 Borsta tänderna	○	○	○	○	○	○	○
 Läsa	○	○	○	○	○	○	○
 Fem lugna andetag, släck lampan	○	○	○	○	○	○	○

Sätt upp schemat där rutinen sker och peka på det i stället för att säga varje steg.



habibee.app

För vuxna: prova appen Habibee. Barnet tjänar honung på uppgifter och byter den mot belöningar.

Bilder: Fluent Emoji från Microsoft (MIT-licens)



Min kvällsrutin

9–12 år

Namn _____

Vecka _____

	Mån	Tis	Ons	Tor	Fre	Lör	Sön
 Väska och mellanmål klara	○	○	○	○	○	○	○
 Duscha	○	○	○	○	○	○	○
 Tandtråd och tandborstning	○	○	○	○	○	○	○
 Mobil och platta laddar utanför rummet	○	○	○	○	○	○	○
 Läsa	○	○	○	○	○	○	○
 I sängen klockan _____	○	○	○	○	○	○	○

Sätt upp schemat där rutinen sker och peka på det i stället för att säga varje steg.





habibee.app

För vuxna: prova appen Habibee. Barnet tjänar honung på uppgifter och byter den mot belöningar.

Bilder: Fluent Emoji från Microsoft (MIT-licens)