

1

**BON POUR
UN FILM
OU DESSIN ANIMÉ
EN FAMILLE**

2

**BON POUR
FAIRE UN GÂTEAU OU
DES SABLÉS
ENSEMBLE**

3

**BON POUR
LIRE UNE HISTOIRE
ENSEMBLE**

4

**BON POUR
UN JEUX DE SOCIÉTÉ
EN FAMILLE**

5

**BON POUR
ÉCOUTER DE LA
MUSIQUE ENSEMBLE**

6

**BON POUR
UN BRICOLAGE
ENSEMBLE**

7

**BON POUR
UN TEMPS DE
MOTRICITÉ
ENSEMBLE**

8

**BON POUR
INSTALLER UN
PARCOURS DE BILLES
ENSEMBLE**
Avec ce qu'on a sous la
main

9

**BON POUR
CHANTER
ENSEMBLE**

10

**BON POUR
UN APÉRO
DEVINETTES EN
FAMILLE**

11

**BON POUR
15 MINUTES
DE DÉTENTE**
Au choix selon ce qui me
fait du bien

12

**BON POUR
DANSER
COMME DES FOUS
ENSEMBLE**

Des bons à usage unique que les enfants peuvent dégainer à tout moment pour avoir toute l'attention des parents!

Le parent s'engage à laisser son téléphone et ses soucis de côté au moment d'utiliser le bon!

13

**BON POUR
UN GOÛTER DÎNER**

Chacun mange ce qu'il
veut pour le dîner

14

**BON POUR 30 MINUTES
DE JEU VIDÉO
ENSEMBLE**

15

**BON POUR
FAIRE DES BULLES
ENSEMBLE**

16

**BON POUR
INVENTER UNE
HISTOIRE
ENSEMBLE**

17

**BON POUR
FAIRE DE LA PEINTURE
AVEC LES MAINS
(et les pieds) ENSEMBLE**

18

**BON POUR
DU MODELAGE
ENSEMBLE**
Pâte à sel, à modeler,
argile...

19

**BON POUR
UN DÎNER DÉGUISÉ**

option les parents aussi,
supplément on mange les
plats dans l'ordre qu'on
veut.

20

**BON POUR
UNE BATAILLE EN
FAMILLE**

Bataille de pieds, de
pouces, de chatouilles, de
regard, de spaghettis...

21

**BON POUR
UNE COURSE DE PLUMES
OU DE PÂTES ENSEMBLE**
avec une paille

22

**BON POUR
UN APÉRO
MIMES EN
FAMILLE**

23

**BON POUR
UNE COURSE
D'ANIMAUX
EN FAMILLE**

24

**BON POUR
PRÉPARER UN REPAS
ENSEMBLE**

Option c'est moi gère la
liste des courses et qui
dirige les opérations

A découper et à rassembler dans une boîte ou un sachet.
A faire piocher à l'enfant pour valoriser les progrès et bons comportements.