



# Ma routine du matin

On regarde les étapes ensemble. Je peux demander un coup de main.

Je coche quand c'est fait.



## Je m'habille

Mes vêtements sont prêts.

☐

## Je prends mon petit-déjeuner

Je m'installe à table.

☐

## Je me brosse les dents

Avec un adulte si j'en ai besoin.

☐

## Je passe aux toilettes

Je prends le temps dont j'ai besoin.

☐

## Je prends mes affaires

Je regarde la liste avec un adulte.

☐

## Je me prépare à sortir

Chaussures, veste... selon la journée.

☐

### Notre petit repère à nous

Adulte : changez l'ordre ou les étapes selon votre famille.