

NOËL

Écouter un film en plein après-midi

Calendrier du bien-être

5

Soirée pas d'électronique



Faire un déjeuner pour souper

Appeler grand-papa ou grand-maman

3

Soirée congé de devoirs

2

6

Soirée cinéma

Fabriquer des cartes de Noël

7

Journée musique

Écouter de la musique douce



Soirée câlins



15

Bain aux chandelles

Chocolat chaud et guimauve

Soirée « On danse! »

Prendre une marche en famille

On se couche 15 minutes plus tard!



15

12

Faire un compliment

Partager une collation

Manger un aliment qui me fait plaisir

Faire un câlin collectif

Soirée film collé

16

Joyeux Noël !!

Écouter un film de Noël en famille

Journée pyjama

Faire une décoration de Noël

Cuisine en famille



24

25

22

21



Pour des activités bien-être pour la famille pendant le temps des fêtes
[CLIQUEZ ICI](#)