



La vie de famille, c'est un jeu d'enfant !

CE QUE JE SUIS CAPABLE DE FAIRE

pour aider à la maison

À 2-3 ANS

- Ranger mes jouets
- Empiler les livres sur une tablette
- Mettre mes vêtements sales dans le panier à linge
- Jeter les déchets dans la poubelle
- Transporter du bois de foyer
- Plier les débarbouillettes
- Mettre la table
- Épousseter les plinthes

À 4-5 ANS

- Nourrir les animaux
- Essuyer un dégât
- Faire mon lit
- Ranger ma chambre
- Arroser les plantes
- Trier la cutellerie propre
- Essuyer la table de la cuisine
- Essuyer et ranger la vaisselle



LE PLANIFICATEUR FAMILIAL

Inspirez-vous de ces tâches pour remplir la section « les petites missions » du planificateur familial

À 6-7 ANS

- Ramasser les poubelles
- Plier les serviettes
- Vider le lave-vaisselle
- Trier les chaussettes propres
- Peler les pommes de terre et les carottes
- Faire une salade
- Changer le rouleau de papier de toilette
- Ranger l'épicerie
- Déneiger la voiture
- Épousseter les plinthes

À 8-9 ANS

- Changer une ampoule
- Trier la lessive
- Suspendre et plier mes vêtements propres
- Épousseter les meubles
- Cuire des œufs brouillés
- Cuisiner des biscuits
- Promener le chien
- Balayer le balcon
- Apporter le courrier

À 10-11 ANS

- Nettoyer la salle de bain
- Passer l'aspirateur
- Faire le ménage de la cuisine
- Tondre la pelouse
- Préparer un repas simple (Ex: un sandwich)
- Recoudre un bouton
- Épousseter les plinthes

À 12 ANS ET +

- Laver les planchers et les fenêtres
- Laver la voiture
- Peindre les murs
- Faire des courses à l'épicerie avec une liste
- Préparer un repas complet (Ex : des spaghettis)
- Cuisiner un gâteau
- Faire des petits travaux de réparation
- Repasser des vêtements



LE MAGASIN GÉNÉRAL

Servez-vous de cette liste comme référence pour récompenser votre marmaille à l'aide des blocs du Magasin Général, notre grande surface du renforcement positif !