

DEEL 1 • DE DAG

ONZE DAG IN KAARTJES

Knip de kaartjes uit en hang ze op ooghoogte van je kind, in de volgorde van jullie dag. Klaar met een moment? Kaartje omdraaien of doorschuiven. Zo ziet je kind wat er komt, en dat geeft rust.



 **WAKKER WORDEN**



 **ETEN**



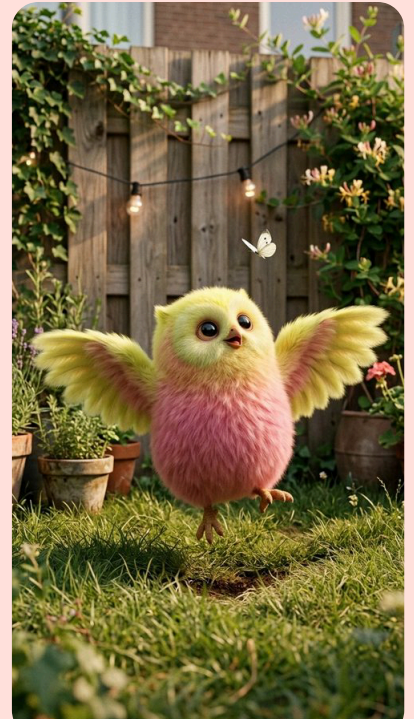
 **TANDEN POETSEN**



 **NAAR SCHOOL**



 **SAMEN SPELEN**



 **BUITEN SPELEN**

DEEL 2 · DE MIDDAG & AVOND

ONZE DAG IN KAARTJES

Tip: minder is meer. Kies de vijf of zes momenten die bij jullie dag passen, en laat de rest in de la. Zelfde kaartjes, zelfde volgorde, elke dag.



 **KNUTSELEN**



 **OPRUIMEN**



 **RUSTMOMENT**



 **IN BAD**



 **BOEKJE LEZEN**



 **SLAPEN**