# Je me lave les mains

R03 · TABLEAU DE SUIVI

# Je me lave les mains

Prénom : _____ Semaine du : _____

| | | | |
|---|---|---|---|
| 1 | | Je mouille mes mains | ☐ |
| 2 | | Je mets du savon | ☐ |
| 3 | | Je frotte mes paumes | ☐ |
| 4 | | Je frotte le dessus de mes mains | ☐ |
| 5 | | Je frotte entre mes doigts | ☐ |
| 6 | | Je rince | ☐ |
| 7 | | Je ferme le robinet | ☐ |
| 8 | | J'essuie mes mains | ☐ |

# Je me lave les mains

*Découper le long des pointillés. La couleur du bord indique le type de mot.*

Je mouille mes mains

Je mets du savon

Je frotte mes paumes

Je frotte le dessus de mes mains

Je frotte entre mes doigts

Je rince

Je ferme le robinet

J'essuie mes mains

R03 · VERSION VIERGE, À COMPLÉTER

# Je me lave les mains

*Collez ici vos propres images : une photo de l'objet réel, du lieu, ou du geste. Écrivez le libellé avec les mots que vous employez à la maison.*

# Je me brosse les dents

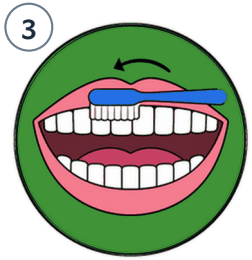
1

Je mouille ma brosse

2

Je mets un peu de dentifrice

3



Je brosse les dents du haut

4

Je brosse les dents du bas

5

Je brosse devant et derrière

6

Je crache

7

Je rince ma brosse

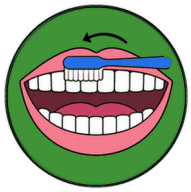
8

Je range

R04 · TABLEAU DE SUIVI

# Je me brosse les dents

Prénom : _____ Semaine du : _____

| | | | |
|---|---|---|---|
| 1 | | Je mouille ma brosse | ☐ |
| 2 | | Je mets un peu de dentifrice | ☐ |
| 3 |  | Je brosse les dents du haut | ☐ |
| 4 | | Je brosse les dents du bas | ☐ |
| 5 | | Je brosse devant et derrière | ☐ |
| 6 | | Je crache | ☐ |
| 7 | | Je rince ma brosse | ☐ |
| 8 | | Je range | ☐ |

# Je me brosse les dents

*Découper le long des pointillés. La couleur du bord indique le type de mot.*

Je mouille ma brosse

Je mets un peu de dentifrice

Je brosse les dents du haut

Je brosse les dents du bas

Je brosse devant et derrière

Je crache

Je rince ma brosse

Je range

R04 · VERSION VIERGE, À COMPLÉTER

# Je me brosse les dents

*Collez ici vos propres images : une photo de l'objet réel, du lieu, ou du geste. Écrivez le libellé avec les mots que vous employez à la maison.*

# Je vais aux toilettes

R05 · TABLEAU DE SUIVI

# Je vais aux toilettes

Prénom : _____ Semaine du : _____

| | | | |
|---|---|---|---|
| 1 | | J'entre et je ferme la porte | ☐ |
| 2 | | Je baisse mon pantalon et ma culotte | ☐ |
| 3 | | Je m'assois | ☐ |
| 4 | | Je fais | ☐ |
| 5 | | J'essuie | ☐ |
| 6 | | Je me rhabille | ☐ |
| 7 | | Je tire la chasse | ☐ |
| 8 | | Je lave mes mains | ☐ |

# Je vais aux toilettes

*Découper le long des pointillés. La couleur du bord indique le type de mot.*

J'entre et je ferme la porte

Je baisse mon pantalon et ma culotte

Je m'assois

Je fais

J'essuie

Je me rhabille

Je tire la chasse

Je lave mes mains

R05 · VERSION VIERGE, À COMPLÉTER

# Je vais aux toilettes

*Collez ici vos propres images : une photo de l'objet réel, du lieu, ou du geste. Écrivez le libellé avec les mots que vous employez à la maison.*

# Je m'habille

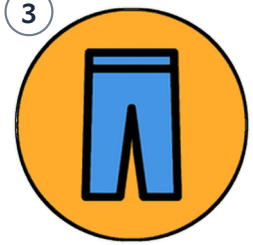
1

Ma culotte, mon slip

2

Mes chaussettes

3



Mon pantalon

4

Mon t-shirt

5

Mon pull

6

Mes chaussures

# Je m'habille

Prénom : _____ Semaine du : _____

| | | | |
|---|---|---|---|
| 1 | | Ma culotte, mon slip | ☐ |
| 2 | | Mes chaussettes | ☐ |
| 3 | | Mon pantalon | ☐ |
| 4 | | Mon t-shirt | ☐ |
| 5 | | Mon pull | ☐ |
| 6 | | Mes chaussures | ☐ |

# Je m'habille

*Découper le long des pointillés. La couleur du bord indique le type de mot.*

Ma culotte, mon slip

Mes chaussettes

Mon pantalon

Mon t-shirt

Mon pull

Mes chaussures

R06 · VERSION VIERGE, À COMPLÉTER

# Je m'habille

*Collez ici vos propres images : une photo de l'objet réel, du lieu, ou du geste. Écrivez le libellé avec les mots que vous employez à la maison.*

GUIDE PARENT

# Installer une routine visuelle

*Une routine visuelle sert à rendre prévisible ce qui, sans elle, doit être redemandé chaque jour. L'enfant lit la suite des étapes au lieu de l'entendre. Voici comment l'installer sans que ça devienne une contrainte de plus.*

## Commencer par une seule séquence

- Choisissez le moment de la journée qui coince le plus. Une seule. Une routine installée vaut mieux que quatre affichées.
- Laissez les autres feuilles de côté pendant deux ou trois semaines. Vous les sortirez quand la première tournera toute seule.

## Afficher à hauteur d'enfant, à l'endroit du geste

- La bande du brossage de dents va dans la salle de bain, au-dessus du lavabo, à la hauteur des yeux de l'enfant. Pas sur le frigo.
- Si la séquence se déroule dans deux pièces, coupez la bande en deux et affichez chaque moitié là où elle sert.
- Une pochette plastique ou du ruban adhésif large sur les bords suffit à tenir plusieurs mois dans une pièce humide.

## Faire ensemble, puis à côté, puis à distance

- Les premiers jours, montrez chaque étape en la nommant, dans les mêmes mots que ceux écrits sur la feuille. Les mots identiques comptent autant que les images.
- Ensuite, restez présent mais laissez faire, et ne désignez que l'étape suivante.
- Enfin, une seule phrase suffit : « regarde ta bande ». C'est le but.

GUIDE PARENT

# Estomper, et les erreurs fréquentes

## L'estompage progressif

- Le but n'est pas que l'enfant garde l'affiche à vie, c'est qu'il n'en ait plus besoin. On retire l'aide par petits pas, dans cet ordre.
- D'abord l'aide physique, puis le geste de désignation, puis la parole, puis l'affiche elle-même.
- On ne retire une aide que lorsque l'étape est réussie plusieurs jours de suite. Si ça se dégrade, on remet l'aide précédente sans en faire une histoire.
- Le tableau de suivi sert exactement à ça : il montre ce qui est acquis et ce qui ne l'est pas encore.

## Les erreurs fréquentes

- Trop d'étapes d'un coup. Si l'enfant décroche, coupez la séquence en deux et n'affichez que la première moitié.
- Changer les mots. « Mets tes chaussures » un jour, « chausse-toi » le lendemain : pour un enfant qui s'appuie sur le langage, ce sont deux consignes différentes.
- Utiliser la bande comme un outil de discipline. Elle décrit ce qui va se passer, elle ne sert ni à menacer ni à récompenser.
- Refaire à sa place quand on est pressé. C'est compréhensible, mais l'enfant apprend alors que l'attente suffit.
- Abandonner à la première semaine. Comptez trois semaines avant de juger.

## Ce que contient ce pack

- La bande de routine, à afficher au mur, qui donne la suite des étapes.
- Le tableau de suivi, une ligne par étape, pour cocher ce qui est fait et voir ce qui reste à accompagner.
- Les cartes à découper, pour manipuler, trier, ou construire la séquence avec l'enfant plutôt que de la lui donner faite.
- La version vierge, pour coller vos propres photos : la chambre de l'enfant, sa brosse à dents à lui, son cartable.

*Ces feuilles sont libres d'usage à la maison, en classe et en cabinet. Vous pouvez les imprimer et les photocopier autant que nécessaire.*

# Evotonomia

Ces pictogrammes viennent d'Evotonomia, l'application qui transforme ces routines en missions interactives, avec chronomètre, points et suivi de progression.

**Sans publicité, sans abonnement**
Achat unique. Rien à renouveler, rien à résilier.

**Fonctionne hors ligne**
Aucune donnée envoyée. Tout reste sur l'appareil.

**Plus de 250 pictogrammes**
En code couleur Fitzgerald, la convention utilisée en CAA.

App Store

Google Play

Tous les packs gratuits :

**evotonomia.be/ressources**

---

Nouveaux packs gratuits chaque mois

evotonomia.be/ressources