

# Le soir et le coucher



# Le soir et le coucher

Prénom : \_\_\_\_\_

Semaine du : \_\_\_\_\_

1



Je range mes jouets

☐

2



Je prends mon bain

☐

3



Je mets mon pyjama

☐

4



Je me brosse les dents

☐

5



Je vais aux toilettes

☐

6



Je choisis une histoire

☐

7



Câlin

☐

8



Je m'endors

☐

# Le soir et le coucher

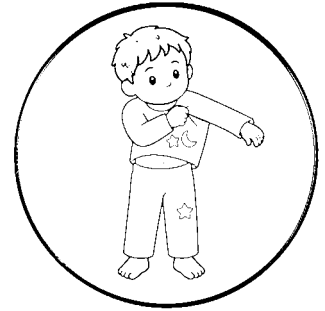
Découper le long des pointillés. La couleur du bord indique le type de mot.



Je range mes jouets



Je prends mon bain



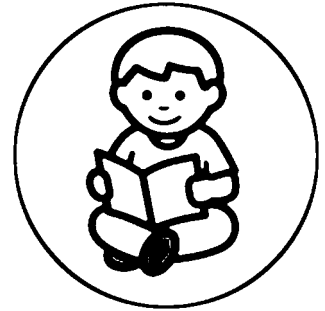
Je mets mon pyjama



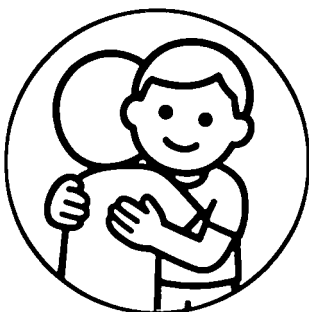
Je me brosse les dents



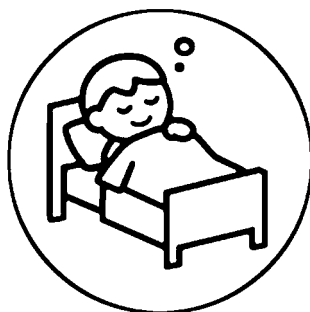
Je vais aux toilettes



Je choisis une histoire



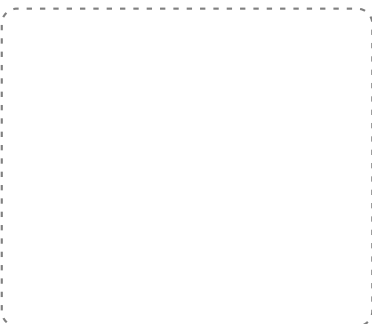
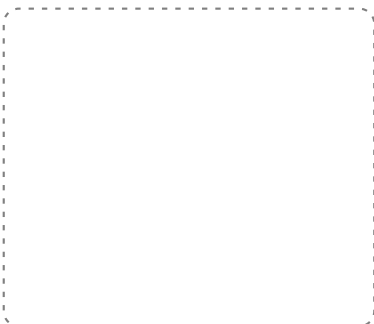
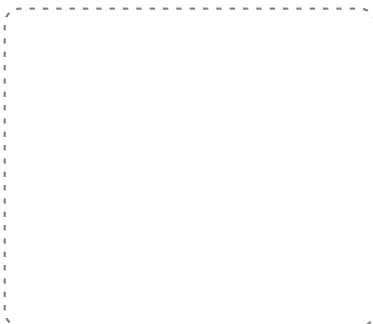
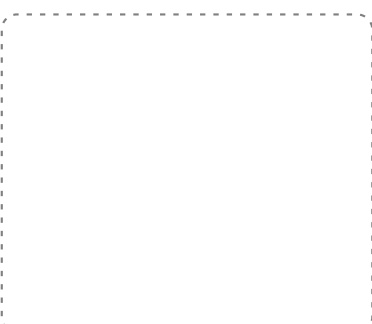
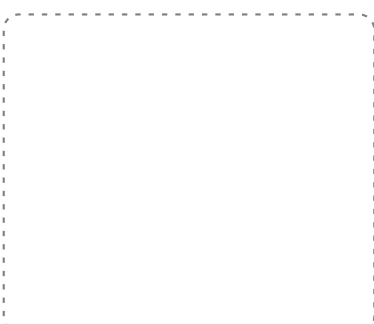
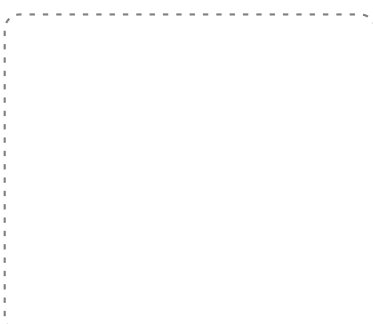
Câlin



Je m'endors

# Le soir et le coucher

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.

|                                                                                                    |                                                                                                    |                                                                                                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <br><hr/> <hr/>   | <br><hr/> <hr/>   | <br><hr/> <hr/>   |
| <br><hr/> <hr/>  | <br><hr/> <hr/>  | <br><hr/> <hr/>  |
| <br><hr/> <hr/> | <br><hr/> <hr/> | <br><hr/> <hr/> |

# La douche



# La douche

Prénom : \_\_\_\_\_ Semaine du : \_\_\_\_\_

|   |                                                                                   |                  |                                                        |
|---|-----------------------------------------------------------------------------------|------------------|--------------------------------------------------------|
| 1 |  | Je me déshabille | <input data-bbox="1385 367 1508 488" type="checkbox"/> |
|---|-----------------------------------------------------------------------------------|------------------|--------------------------------------------------------|

|   |                                                                                   |                        |                                                        |
|---|-----------------------------------------------------------------------------------|------------------------|--------------------------------------------------------|
| 2 |  | J'entre dans la douche | <input data-bbox="1385 564 1508 685" type="checkbox"/> |
|---|-----------------------------------------------------------------------------------|------------------------|--------------------------------------------------------|

|   |                                                                                   |                                     |                                                        |
|---|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------------------------------|
| 3 |  | Je mouille mes cheveux et mon corps | <input data-bbox="1385 761 1508 882" type="checkbox"/> |
|---|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------------------------------|

|   |                                                                                    |            |                                                         |
|---|------------------------------------------------------------------------------------|------------|---------------------------------------------------------|
| 4 |  | Shampooing | <input data-bbox="1385 960 1508 1081" type="checkbox"/> |
|---|------------------------------------------------------------------------------------|------------|---------------------------------------------------------|

|   |                                                                                     |       |                                                          |
|---|-------------------------------------------------------------------------------------|-------|----------------------------------------------------------|
| 5 |  | Savon | <input data-bbox="1385 1160 1508 1281" type="checkbox"/> |
|---|-------------------------------------------------------------------------------------|-------|----------------------------------------------------------|

|   |                                                                                     |               |                                                          |
|---|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------|----------------------------------------------------------|
| 6 |  | Je rince tout | <input data-bbox="1385 1359 1508 1480" type="checkbox"/> |
|---|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------|----------------------------------------------------------|

|   |                                                                                     |         |                                                          |
|---|-------------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------------------------------------|
| 7 |  | Je sors | <input data-bbox="1385 1559 1508 1680" type="checkbox"/> |
|---|-------------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------------------------------------|

|   |                                                                                     |             |                                                          |
|---|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------|----------------------------------------------------------|
| 8 |  | Je me sèche | <input data-bbox="1385 1756 1508 1877" type="checkbox"/> |
|---|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------|----------------------------------------------------------|

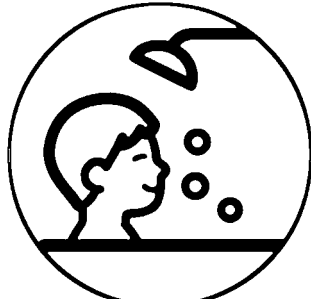
|   |                                                                                     |              |                                                          |
|---|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------------------------------------------|
| 9 |  | Je m'habille | <input data-bbox="1385 1953 1508 2074" type="checkbox"/> |
|---|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------------------------------------------|

# La douche

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



Je me déshabille



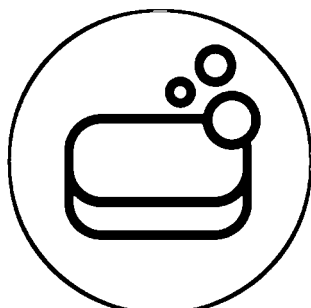
J'entre dans la douche



Je mouille mes cheveux et mon corps



Shampooing



Savon



Je rince tout



Je sors



Je me sèche



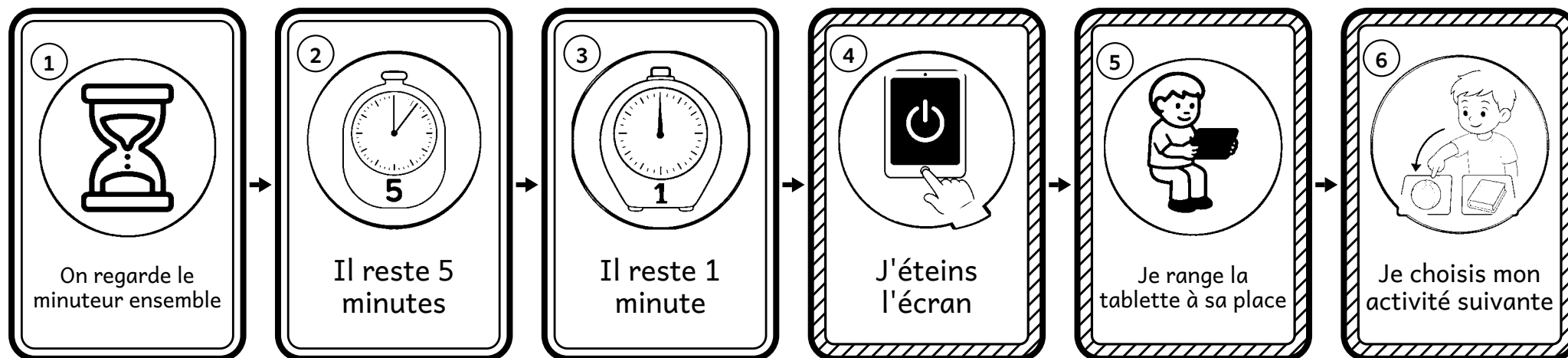
Je m'habille

# La douche

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.

|                                   |                                   |                                   |
|-----------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|
| <div><div></div><div></div></div> | <div><div></div><div></div></div> | <div><div></div><div></div></div> |
| <div><div></div><div></div></div> | <div><div></div><div></div></div> | <div><div></div><div></div></div> |
| <div><div></div><div></div></div> | <div><div></div><div></div></div> | <div><div></div><div></div></div> |

# J'arrête mon écran



# J'arrête mon écran

Prénom : \_\_\_\_\_ Semaine du : \_\_\_\_\_

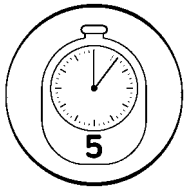
1



On regarde le minuteur ensemble

☐

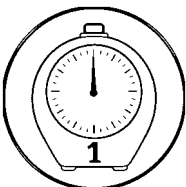
2



Il reste 5 minutes

☐

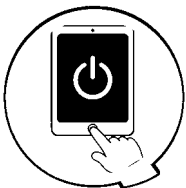
3



Il reste 1 minute

☐

4



J'éteins l'écran

☐

5



Je range la tablette à sa place

☐

6



Je choisis mon activité suivante

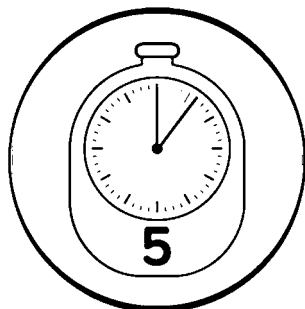
☐

# J'arrête mon écran

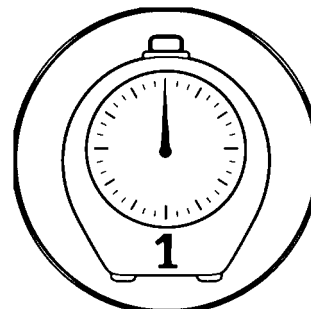
Découper le long des pointillés. La couleur du bord indique le type de mot.



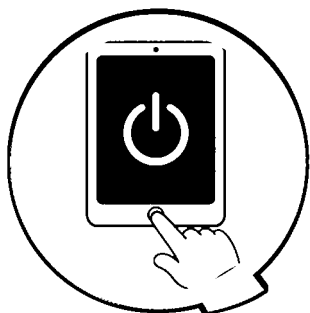
On regarde le minuteur ensemble



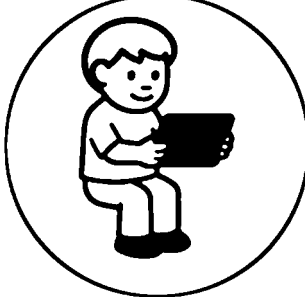
Il reste 5 minutes



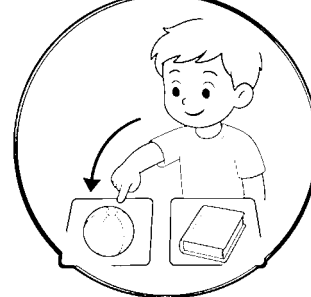
Il reste 1 minute



J'éteins l'écran



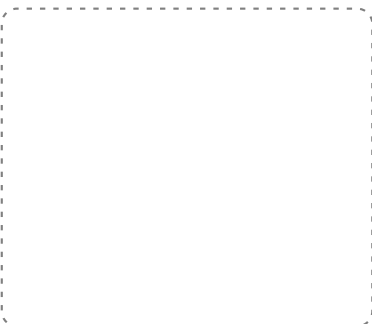
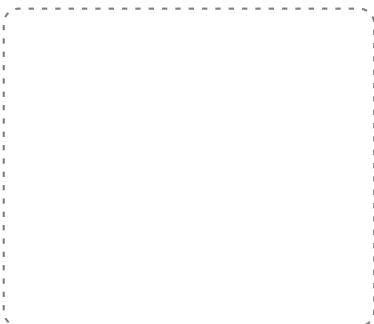
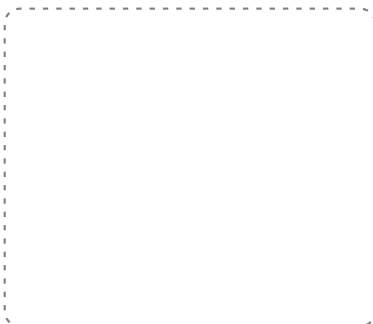
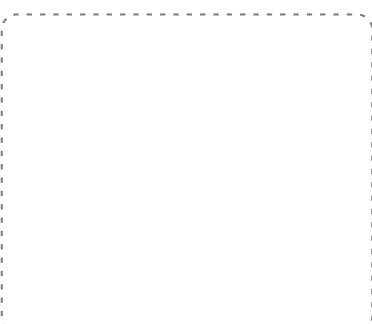
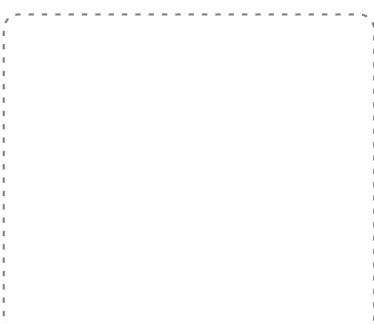
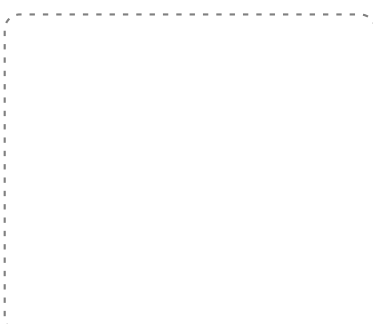
Je range la tablette à sa place



Je choisis mon activité suivante

# J'arrête mon écran

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.

|                                                                                                    |                                                                                                    |                                                                                                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <br><hr/> <hr/>   | <br><hr/> <hr/>   | <br><hr/> <hr/>   |
| <br><hr/> <hr/>  | <br><hr/> <hr/>  | <br><hr/> <hr/>  |
| <br><hr/> <hr/> | <br><hr/> <hr/> | <br><hr/> <hr/> |

# 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 coïncide 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.

# 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](https://evotonomia.be/ressources)**

---

Nouveaux packs gratuits chaque mois

[evotonomia.be/ressources](https://evotonomia.be/ressources)