

Astuces pour le marathon matinal des mamans

1- S'organiser dès la veille

- ★ *Ajuster l'heure du réveil au temps nécessaire à chaque enfant pour se préparer.*
- ★ *Préparer vos vêtements dès la veille et disposez-les par ordre d'enfilage.*
- ★ *Pour gagner encore plus de temps : préparer 5 tenues par enfant que vous mettrez sur 5 cintres différents*
- ★ *Réserver la douche et le bain pour le soir : le matin une petite toilette suffit*
- ★ *Avant de vous coucher : préparer les affaires de toilette de l'enfant et mettez les biens en évidence dans la salle de bain*
- ★ *Voir avec eux leur menu pour le petit déjeuner*
- ★ *Préparer la table du petit déjeuner : bols, couverts, cacao, confiture,...*
- ★ *Mettre leur verre de jus de fruit déjà prêt au frigo*
- ★ *Préparez leur goûter*
- ★ *Faire le sac d'école : s'aider de leur calendrier hebdomadaire*
- ★ *Faire signer les contrôles*
- ★ *Préparer votre sac et papiers importants*
- ★ *Faire une tourner une machine au coucher*

2- S'organiser petit à petit

- ★ *Instaurer une routine à chaque enfant : qui fait quoi ? (tableau des tâches)*
- ★ *Apprendre à le responsabiliser : lui acheter un réveil pour qu'il se réveille tout seul*
- ★ *Chaque enfant doit se préparer dans sa chambre*
- ★ *Apprendre à faire son lit*

3- S'organiser le matin

- ★ *Se préparer 30 min avant tout le monde*
- ★ *Préparer la table du petit déjeuner*
- ★ *Etendre le linge ou mettre au sèche-linge*
- ★ *Commencer par lever l'enfant qui met le plus de temps à se préparer*