



## Idées et billets de RÉCOMPENSES pour la famille

Instructions:

1. Laissez choisir l'enfant sa récompense.
2. Donnez lui un objectif à atteindre. Par exemple, lorsque tu auras plié et rangé tes vêtements dans tes tiroirs, nous ferons une activité récompense ensemble.
3. Faites ce que vous dites et établissez une durée à l'activité récompense. Par exemple, lire ensemble pour 20 minutes.

Conseils: Suivez et respectez vos engagements. Vos actions et paroles seront le modèle à respecter de vos enfants.

Vous pouvez demander à vos enfants d'ajouter des idées dans les 4 catégories de cette liste. Découpez ces billets et tirez-en un pour voir quelle sera la prochaine activité récompense en famille.

<b>BRICOLER</b>	<b>JOUER</b>
Confection d'un toutou de la famille. Insérer une pensée positive ou un souhait par membre de la famille dans le toutou. Par exemple, dans le chandail ou dans un petit collier.	Pratiquer son sport préféré avec lui.
Confection d'un bracelet de l'amitié	Prendre une marche seul avec l'enfant.
Peinturer des pots de fleurs créatifs pour les membres de la famille	Aller jouer dehors ensemble.
Écrire une belle lettre de félicitations sur du beau papier	Une bataille d'oreillers ou de coussins au sous-sol.
Créer quelques cartes « Je m'excuse ». L'enfant les mérite pour de bonnes actions et il s'en sert pour se faire excuser si nécessaire.	Faire un casse-tête, un jeu de société ensemble.
Faire un bricolage, une création.	Partie de badminton, tennis ou sport d'équipe
L'album photo créé en famille.	Partie de Twister, le jeu pour la famille
Souper en famille costumé.	Massage et yoga à la chandelle en famille avant de se coucher.

Se faire maquiller avec des crayons effaceur à l'eau.	Jouer du tamtam sur musique africaine.
<b>Privilèges</b>	<b>Temps de qualité</b>
Lui permettre d'inviter des amis à la maison pour le repas.	Aller chercher l'enfant pour dîner avec lui
Aller louer un jeu vidéo ou un film choisi par l'enfant.	Jouer à des jeux vidéo avec le parent.
Lui faire choisir un autocollant de son choix.	Faire une soirée camping dans la cour arrière avec des amis.
Veiller une demi-heure ou une heure plus le soir.	Amener l'enfant à une de vos activités d'adultes (quilles, hockey, etc.).
Changer la disposition de sa chambre.	Aller au cinéma voir un fil au choix de l'enfant.
Une surprise dans la boîte à dîner.	Faire une recette de cuisine ensemble (de son choix si possible).
Envoyer une carte de félicitations par la poste à son enfant.	Aller au lieu de travail de ses parents pour quelques heures.
Offrir des ballons de félicitations ou un diplôme de mention d'honneur.	Offrir une activité au choix en compagnie du parent.
Offrir une soirée de maïs soufflé.	Montrer à son enfant comment utiliser un outil.
Prendre une journée ou un petit congé avec son enfant.	Devine le mot collé dans le front. Jeu de devinettes.
Aller visiter un musée ou une exposition, un parent, etc.	Fais-moi un dessin.
Choisir un dessert pour la semaine à l'épicerie.	Devine ce que je mime.
Permettre à l'enfant d'inviter un ou des amis pour un film.	
Permettre à l'enfant d'inviter un ou des amis pour un film.	
Ajouter un élément à la collection de notre enfant.	