

A mon arrivée : Je découvre la maison avec ses règles de vie, ses alentours et l'équipe qui travaille à La Maisondici.
Je m'installe dans ma chambre : je fais mon lit et je défais ma valise.

Je dors bien...



Je ne me couche pas trop tard, pour être en forme le lendemain.

Je m'endors calmement. Pour cela, je peux :

- dans mon lit, lire un livre que j'ai choisi
- dans la chambre, chuchoter doucement avec mes camarades.

Quand un adulte vient éteindre la lumière, je ne fais plus de bruit.

Après une bonne nuit, je peux me lever dès qu'un soleil a été glissé sous ma porte de chambre. Avant l'arrivée de ce soleil, je dois rester couché et me rendormir. Il est sûrement trop tôt !

A ce moment là, sans réveiller ceux qui dorment encore, je peux descendre pour prendre mon petit-déjeuner.

Au bout d'un certain temps, si je ne suis toujours pas levé, un adulte viendra me réveiller.

Chacun se réveille en douceur, à son rythme.

Je mange bien...



Petit-déjeuner :

Tout le monde n'est pas obligé de prendre son petit-déjeuner en même temps. Je peux venir déjeuner entre 7h45 et 8h45.

Dans la salle à manger, je compose mon plateau de façon réfléchie en choisissant : céréales, lait froid, pain, lait chaud, chocolat chaud, jus de fruits, fromage blanc, beurre, confiture, miel...

Déjeuner et dîner :

Avant le repas, je mets le couvert.

Au début de chaque repas, nous désignerons des « écureuils » de table. Ces écureuils seront les seuls qui auront le droit de se lever de table pendant le repas (pour aller chercher de l'eau, du pain, pour débarrasser en fin de repas et pour passer l'éponge).

En fonction du temps et des activités, je prendrai mon goûter à l'intérieur ou dehors.

Au cours de certains repas, je pourrai déguster des produits locaux, bio et de saison.

Les horaires des repas :

Petit-déj' : 7h45 à 9h00

Déjeuner : 12h15

Dîner : 19h00

Mais quelquefois, ces horaires pourront être modifiés en fonction des activités !

Ma Vie à La Maisondici



Je prends soin de mon corps et de mon environnement...



Je me lave la figure tous les matins.

Je me brosse les dents chaque matin et chaque soir.

Je me lave les mains très souvent : avant les repas, en rentrant d'activités, en sortant des toilettes.

Je prends une douche tous les soirs.

Et pendant tous ces temps, je ne gaspille pas l'eau !

Je fais mon lit tous les matins.

Je range mes affaires, mon linge et la chambre avec mes camarades.

J'aère la chambre tous les matins.

Je fais attention à éteindre les lumières en sortant d'une pièce.

Je me détends et je rencontre l'autre...



Quand le programme de la journée le permet, je pourrai faire un temps calme après le déjeuner. Pendant ce moment de repos, je pourrai lire un livre ou faire un petit jeu calme.

Après la douche, je peux rester dans la chambre ou aller dans une salle d'activités.

Après le dîner, l'animateur(trice) me proposera peut-être de participer à une veillée avant d'aller dormir.

A mon départ : Je défais mon lit et je range ma valise. Avec l'équipe d'animation, je fais le bilan de mon séjour.

Je peux profiter pleinement de mon séjour à La Maisondici grâce à tous les adultes présents :

- Les animateurs de la maison, ainsi que Noëlle, Marjolaine et Hugo
- mon enseignant et les accompagnateurs

Ils se réunissent régulièrement pour que mon séjour se passe dans le bien-être et en toute sécurité.