



Bilan de mon organisation familiale

Tableau d'évaluation



Gérer son temps

Gérer les rendez-vous et les activités de chacun, prioriser, concilier travail et famille, partager la charge mentale entre conjoints.

- ★
- ★ ★
- ★ ★ ★
- ★ ★ ★ ★
- ★ ★ ★ ★ ★



Organiser les repas

Planifier les repas, faire la liste des commissions, passer à l'épicerie, cuisiner, ranger après les repas, penser aux lunchs.

- ★
- ★ ★
- ★ ★ ★
- ★ ★ ★ ★
- ★ ★ ★ ★ ★



Ranger sa maison

Gérer les tâches ménagères, ranger au fur et à mesure, faire participer les enfants, avoir de bons systèmes de rangement.

- ★
- ★ ★
- ★ ★ ★
- ★ ★ ★ ★
- ★ ★ ★ ★ ★



Éduquer ses enfants

Stimuler l'autonomie, motiver les enfants à faire leurs tâches, les aider à mieux gérer leurs émotions et à développer les habiletés sociales.

- ★
- ★ ★
- ★ ★ ★
- ★ ★ ★ ★
- ★ ★ ★ ★ ★