

Mon emploi du temps

Pendant une semaine, colorie le tableau en fonction de tes différentes activités.

	L	M	Me	J	V	S	D
6:00							
6:30							
7:00							
7:30							
8:00							
8:30							
9:00							
9:30							
10:00							
10:30							
11:00							
11:30							
12:00							
12:30							
13:00							
13:30							
14:00							
14:30							
15:00							
15:30							
16:00							
16:30							
17:00							
17:30							
18:00							
18:30							
19:00							
19:30							
20:00							
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							
22:30							
23:00							
23:30							

- Sommeil**
- Travail/école**
- Ecrans**
- Loisirs et sports**
- Perso : repas, toilette...**
- Temps libre, sorties**

Je suis surpris.e de passer
autant de temps à

.....

.....

Je suis surpris.e de passer *si*
peu de temps à

.....

.....

Je désire passer *plus* de temps
à

.....

.....

Je désire passer *moins* de
temps à

.....

.....

