

Mes petites routines à l'hygiène de la journée

Le matin...



Je lave mon visage et mes mains au réveil



Je brosse mes dents après le petit-déjeuner



Je m'habille

Le midi...



Je lave mes mains avant le déjeuner



Je brosse mes dents après le déjeuner

Le soir...



Je lave mes mains avant le dîner



Je brosse mes dents après le dîner



Je mets mon pyjama et vais me coucher

