

Ochtendchecklist



Naam _____

Taak	Ma	Di	Wo	Do	Vr
 Opstaan	☐	☐	☐	☐	☐
 Gezicht wassen	☐	☐	☐	☐	☐
 Aankleden	☐	☐	☐	☐	☐
 Ontbijten	☐	☐	☐	☐	☐
 Tanden poetsen	☐	☐	☐	☐	☐
 Tas inpakken	☐	☐	☐	☐	☐
 Schoenen aan	☐	☐	☐	☐	☐

Zo gebruik je hem goed Doe alles elke dag in dezelfde volgorde en leg tas en kleren de avond ervoor op dezelfde plek. Is je kind klaar, prijs dan meteen en concreet („Je hebt zelf je tas ingepakt!“).

Bronnen: Amerikaanse Centers for Disease Control and Prevention (CDC) · American Academy of Pediatrics (AAP)