

Le carnet

du Docteur Quenottes



Aujourd'hui

Je me suis brossé les



Le



☐ avant le



☐ après le



Le



☐ je me suis brossé les



et je me suis couché(e).

☐ je me suis brossé les



et j'ai grignoté.

☐ J'ai brossé le haut et le bas.

☐ J'ai brossé aussi le dessus



lundi

mardi

mercredi

jeudi

vendredi

samedi

dimanche

Découpe les jours de la semaine et colle en haut de la fiche celui d'aujourd'hui.

Puis complète la fiche en cochant ce que tu as fait.

Recommence pour chaque jour de la semaine.