TAREFAS DIÁRIAS























TOMAR CAFÉ



ESCOVAR OS DENTES



PENTEAR O CABELO



TROCAR A ROUPA



ARRUMAR A CAMA



BRINQUEDOS



















































ESCREVER

ATIVIDADES ESCOLARES



EXERCÍCIOS (IOGA, BALÉ, DANÇA)







SILÊNCIO (MEDITAÇÃO, RESPIRAÇÃO)



OUVIR MÚSICA



TOMAR BANHO



ORAR





