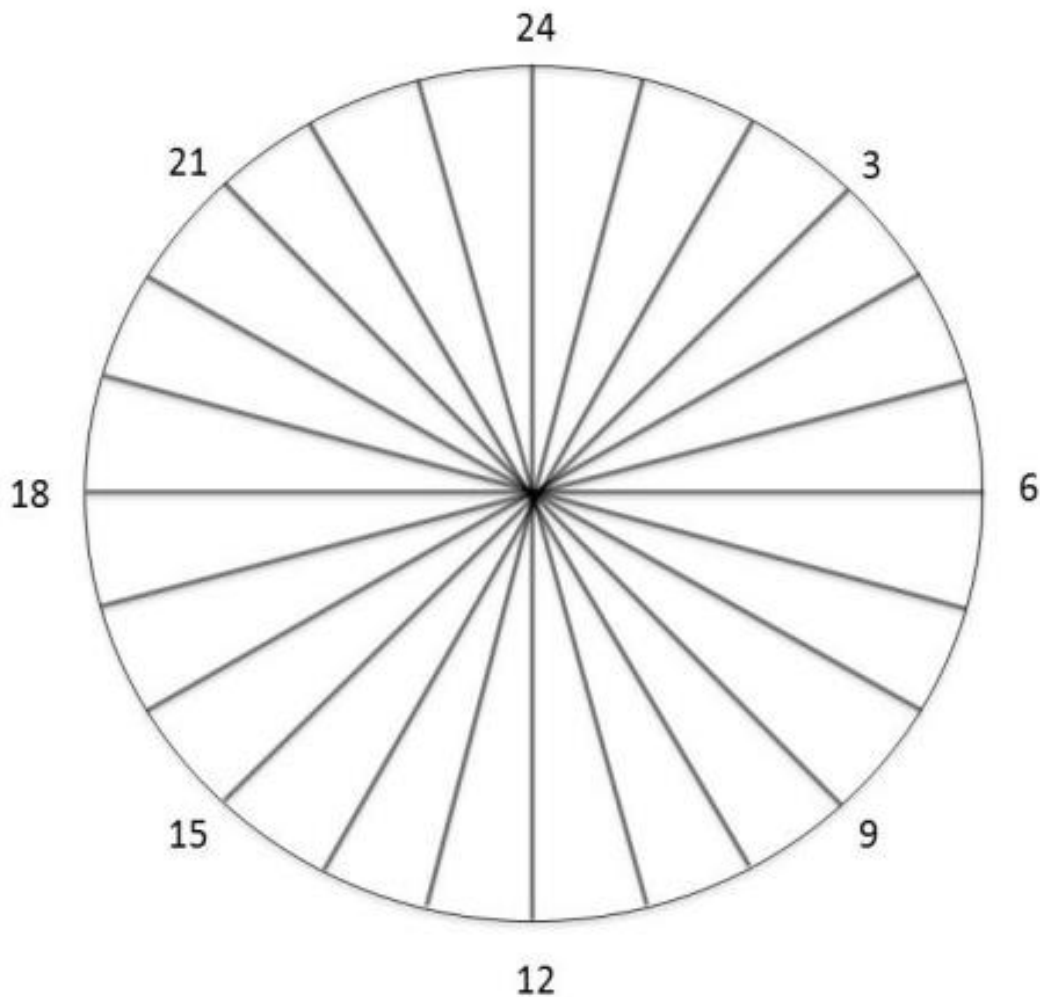
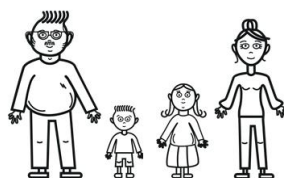




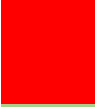






Aktivitetshjulet for barn – UKEDAG



PRAKTISKE TIPS

- ✓ Dette hjulet illustrerer døgnet 24 timer.
- ✓ Registrer hva barnet gjør i løpet av et døgn
- ✓ Bruk gjerne fargekodene på neste side



	Søvn
	Skole/SFO
	Aktiviteter (organisert aktivitet, utelek, aktiviteter som innebærer bevegelse)
	Mat og måltider
	TV/data/annen skjerm
	Leke, være hos venner
	Transport
	Familieaktivitet
	Annet (valgfri farge): _____

TIPS!

Skriv gjerne ned hvor mye tid du bruker på de ulike aktivitetene. Er det forskjell på ukedag og helg?



LYKKE TIL!

