

# LES ACTIVITÉS À IMPRIMER

*pour s'occuper à la maison*

REGARDER UNE  
SÉRIE

LIRE

MÉDITER

ÉCOUTER UN  
PODCAST OU UN  
LIVRE AUDIO

CUISINER

FAIRE LES MENUS  
DE LA SEMAINE

RANGER SES  
VÊTEMENTS

TRIER SES MAILS

RANGER SON  
GARDE-MANGER

APPELER SES  
PROCHES

BRICOLER

FAIRE LE MÉNAGE  
DE PRINTEMPS

FAIRE DU SPORT

APPRENDRE DE  
NOUVELLES  
CHOSSES

FAIRE UN JEU DE  
SOCIÉTÉ

# LES ACTIVITÉS À IMPRIMER

*pour s'occuper à la maison*

SE  
CHOUCHOUTER

FAIRE UN JEU VIDÉO

TENTER LE  
MINIMALISME

SE METTRE AU YOGA

FAIRE DES VISITES  
VIRTUELLES

TRIER SES PHOTOS

AVOIR 3 PENSÉES  
POSITIVES