Liste d’idées d’activités à faire avec les enfants et les adolescents

* S’intéresser à ce qu’ils ont fait de leur journée et leur partager la nôtre;
* Souper en famille (tour de table sur le meilleur moment de la journée);
* Souper ou diner avec un des enfants;
* Jeux de cartes (8, pige dans le lac, UNO, SkipBo, dame de pique, etc.).
	+ Ex. : Jeux de la compagnie Djeco;
* Jeux de société (jeux de table).
	+ Jeux de mime, fais-moi un dessin;
* Soirée cinéma maison (film et popcorn);
* Soirée spéciale (ex. : on soupe dans le salon devant la télé, on dort dans le salon, etc.);
* Activité de bricolage, de peinture, de plasticine;
* Bonhomme pendu, tictactoe, pouces;
* Activité sportive extérieure (vélo, hockey, soccer, basketball, natation, etc.);
* Marche dans le quartier ou dans les bois;
* Lecture;
* Cuisiner ensemble;
* Aller à la bibliothèque;
* Aller au parc, jouer dehors;
* Aller manger une crème glacée, ou boire un jus au resto (en famille ou avec un seul enfant);
* Aller promener des animaux à la SPA;
* Jouer aux jeux vidéos avec les enfants;
* Écouter, jouer de la musique (en auto, on peut leur permettre de mettre leur musique pendant un bout de temps);
* Regarder des photos (leurs photos de bébé, de photos de voyage, etc.);
* Aller magasiner (choses d’école, on peut leur faire choisir, en faire un moment partagé);
* Aller dans la chambre de votre enfant pour jaser;
* Raconter une histoire;
* Offrir votre aide pour les devoirs;
* Décorer la maison pour un évènement spécial;
* Masser, gratter votre enfant.