

## Familie skema

**Eksempel: Tilpas skemaet og indsæt jeres egne rutiner og familiemedlemmer**

**Husk du kan også tegne eller bruge billeder fra nettet i stedet for skrift.**

Lav skemaet sammen aftenen før og hæng det op, så alle kan se det.

Tidspunkt	Mikkel (9 år)	Emma (6 år)	Mor	Far
<b>Før kl 9.00</b>	<b>Morgenmad</b> Børste tænder. I tøjet.			Tager tidligt på arbejde
<b>9.00-10.30</b>	Skole: Dansk på videomøde	Video-legeaftale med Silje og Clara	Arbejde og telefonmøder Hjælper Mikkel og Emma	
<b>10.30-11.00</b>	<b>PAUSE</b> Spise frugt og spille fisk			
<b>11.00-12.30</b>	Skole: Lave lektier med gruppen på videomøde	Sidde sammen med mor og tegne eller spille på Tablet	Arbejde på computeren Hjælper Mikkel og Emma	
<b>12.15-13.00</b>	<b>FROKOST</b> Smøre rugbrødsmadder, gulerødder, rosiner sammen			
<b>13.00-14.00</b>	Videoaftale med Magnus	Lege på værelset med Playmobil	Arbejde på computeren Hjælper Mikkel og Emma	
<b>14.00-15.00</b>	Videoaftale med Magnus	Lære at vaske tøj med mor	Vaske tøj med Emma	
<b>15.00-16.00</b>	<b>PAUSE</b> Spise en bolle. Få frisk luft og Bevægelse			Køber ind Kommer hjem
<b>16.00-17.00</b>	Frisk luft med far (eller bygge fuglehus)		Arbejder alene uden forstyrrelser	Med Mikkel og Emma
<b>17.00-18.00</b>	Lave aftensmad med far			Lave aftensmad
<b>18.00-18.30</b>	<b>SPISE AFTENSMAD</b> og rydde op i køkkenet			
<b>18.30-19.00</b>	Spise frugt, hygge og finde på sjove aktiviteter til i morgen. Lave skema til i morgen.			
<b>19.00-?</b>	TV-tid			
<b>Tilpas tidspunkter til jeres vante rutiner</b>	Hjælper mor med at lægge tøj sammen	Nattøj, børste tænder og læse historie med far. Godnat kl ??	Lægger tøj sammen med Mikkel	Putte Emma
	Sengetid og læse historie med far.	Sover	Læser med Mikkel	Forberede arbejde til i morgen
<b>Fx 21.00</b>	Sover	Sover	Mor og far hygger alene	