

# À L'HÔPITAL, POUR RESTER EN FORME, JE DOIS GARDER UNE ROUTINE DE VIE!



Je vais à la salle de bain en **marchant** pour  
me laver, me brosser les dents, etc.



Je sors de mon lit et  
je m'assois **pour manger**



Je sors de mon lit **pour jouer**  
ou faire mes activités scolaires



Le jour, je **m'habille** comme  
si j'étais à la maison