



My Goodnight Book Prêt pour le dodo



This book belongs to: Ce livre appartient à :

.....

Welcome to your Goodnight Book.

You can colour in the pages with your child as a way to learn about a healthy bedtime routine. As they colour in each page, they learn about what to expect when you say, “It’s time for bed!”

You are your child’s most important teacher. We hope this book will help support you in creating a healthy routine that can make bedtime easier and more enjoyable for the entire family.

Enjoy this time with your child!

Bienvenue à votre livre de dodo.

On vous invite à colorier les images du livre avec votre enfant pour l’aider à apprendre la routine de l’heure du coucher. Il ou elle apprendra en coloriant, à quoi s’attendre quand vous dites, «C’est l’heure du dodo!»

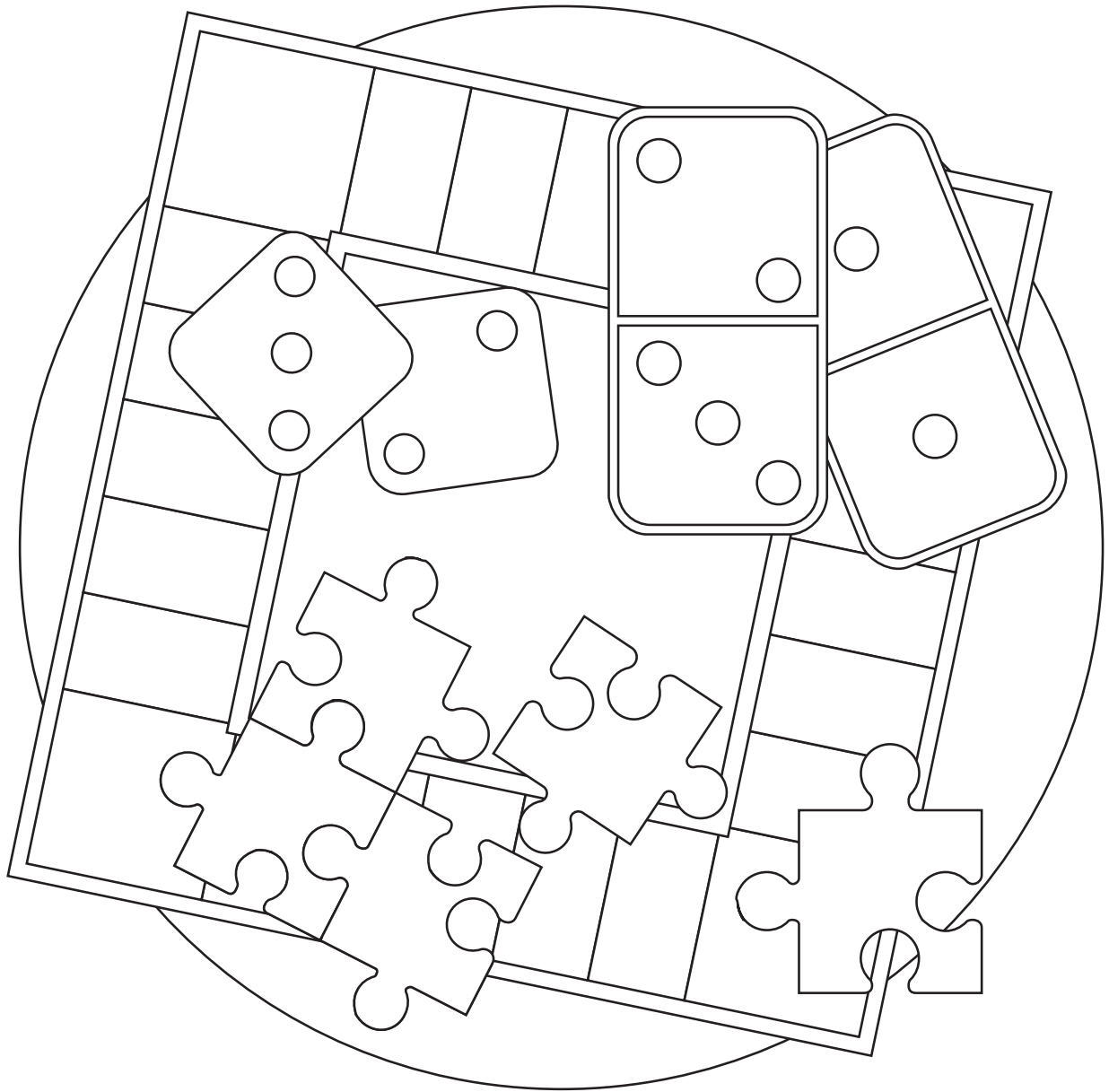
Vous êtes l’enseignant le plus important de votre enfant. On espère que ce livret vous aidera à créer et à soutenir une routine du coucher pour faciliter l’heure du dodo pour toute la famille.

Profitez de ce temps avec votre enfant!

You can access more resources at / Pour plus d’information, visitez
learnquebec.ca/goodnightbag

THIS BOOK IS MADE POSSIBLE
THROUGH THE SUPPORT OF
THE FOLLOWING PARTNERS

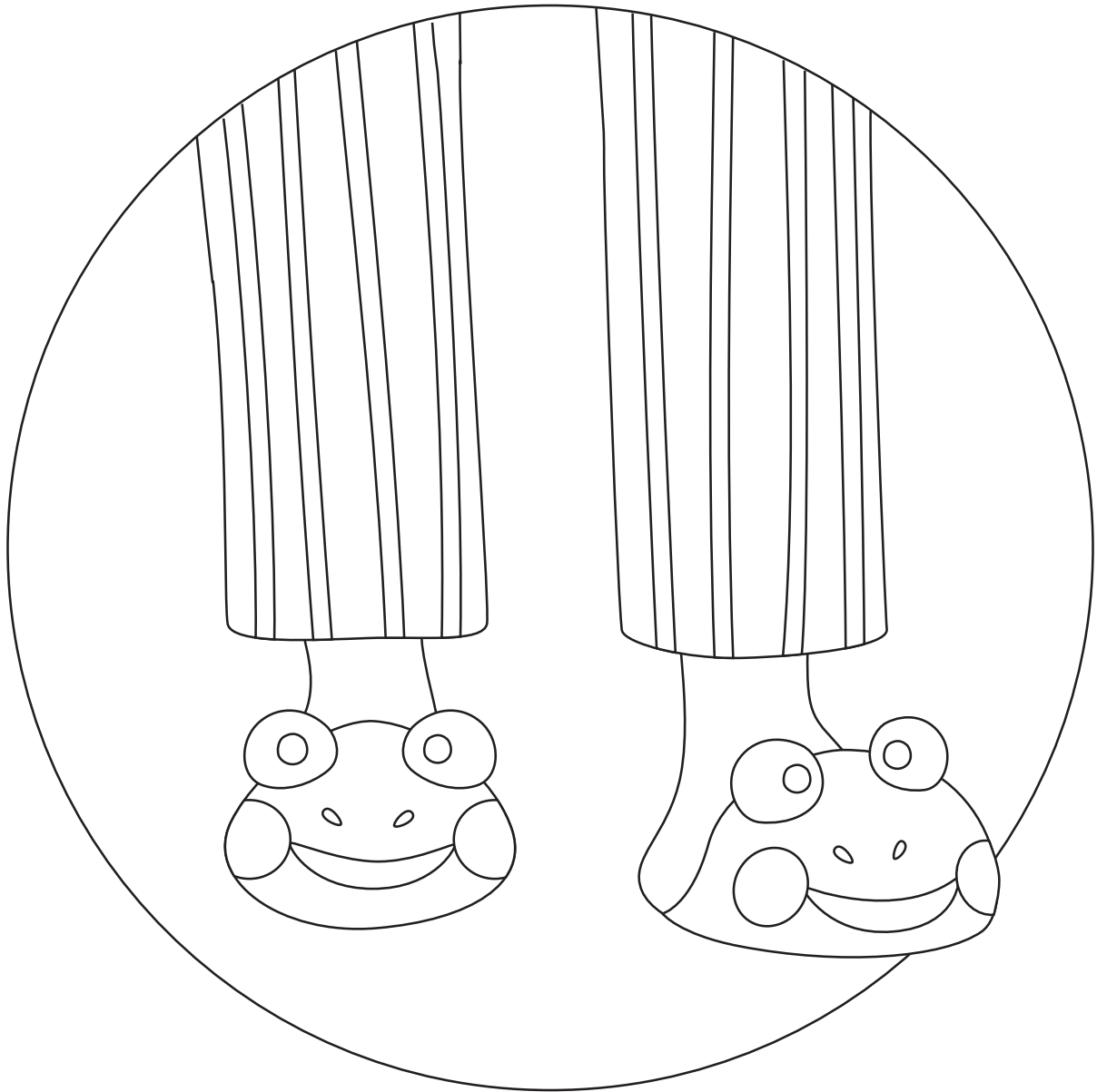




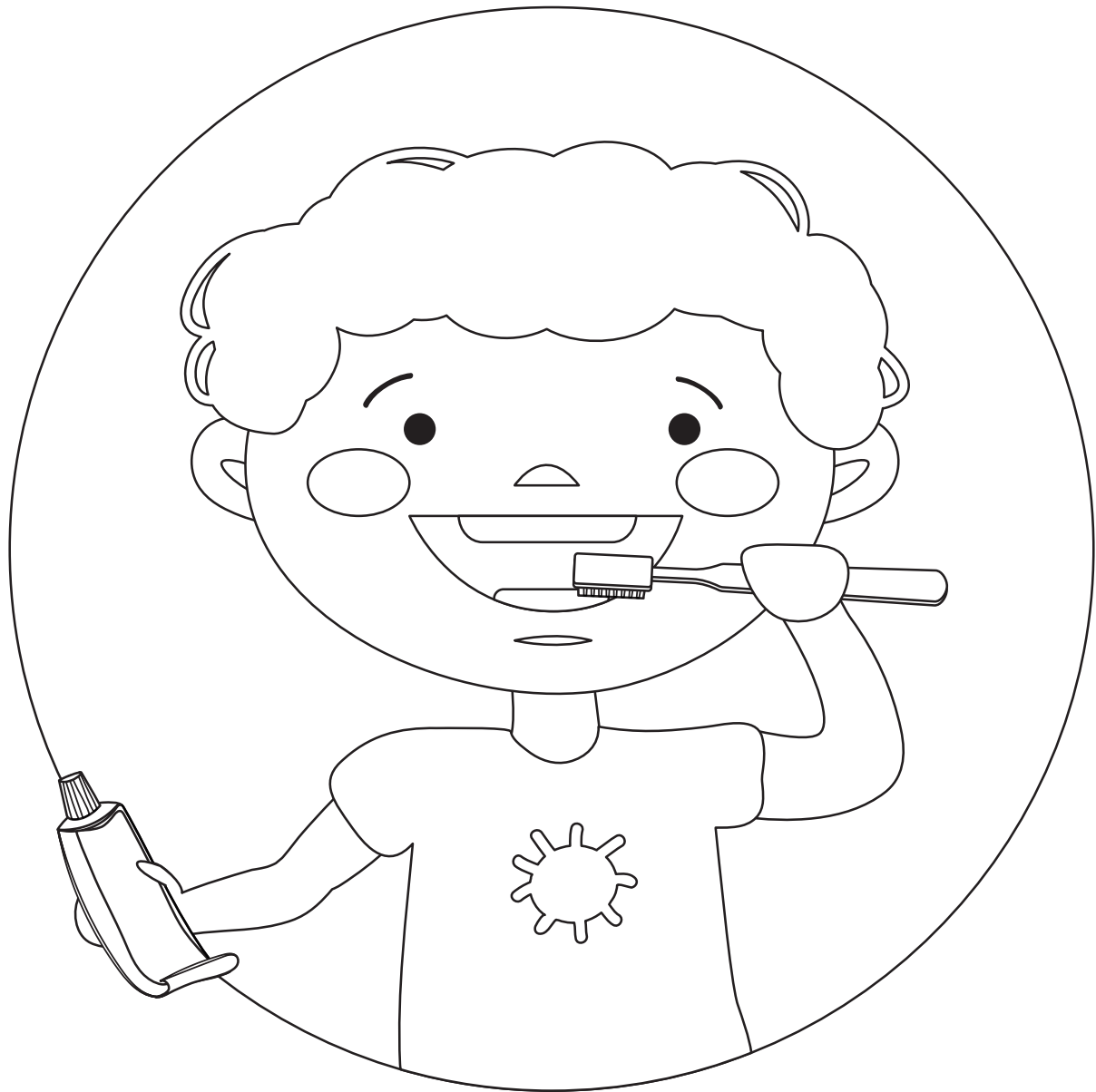
We play a quiet game.
On joue à un jeu calme.



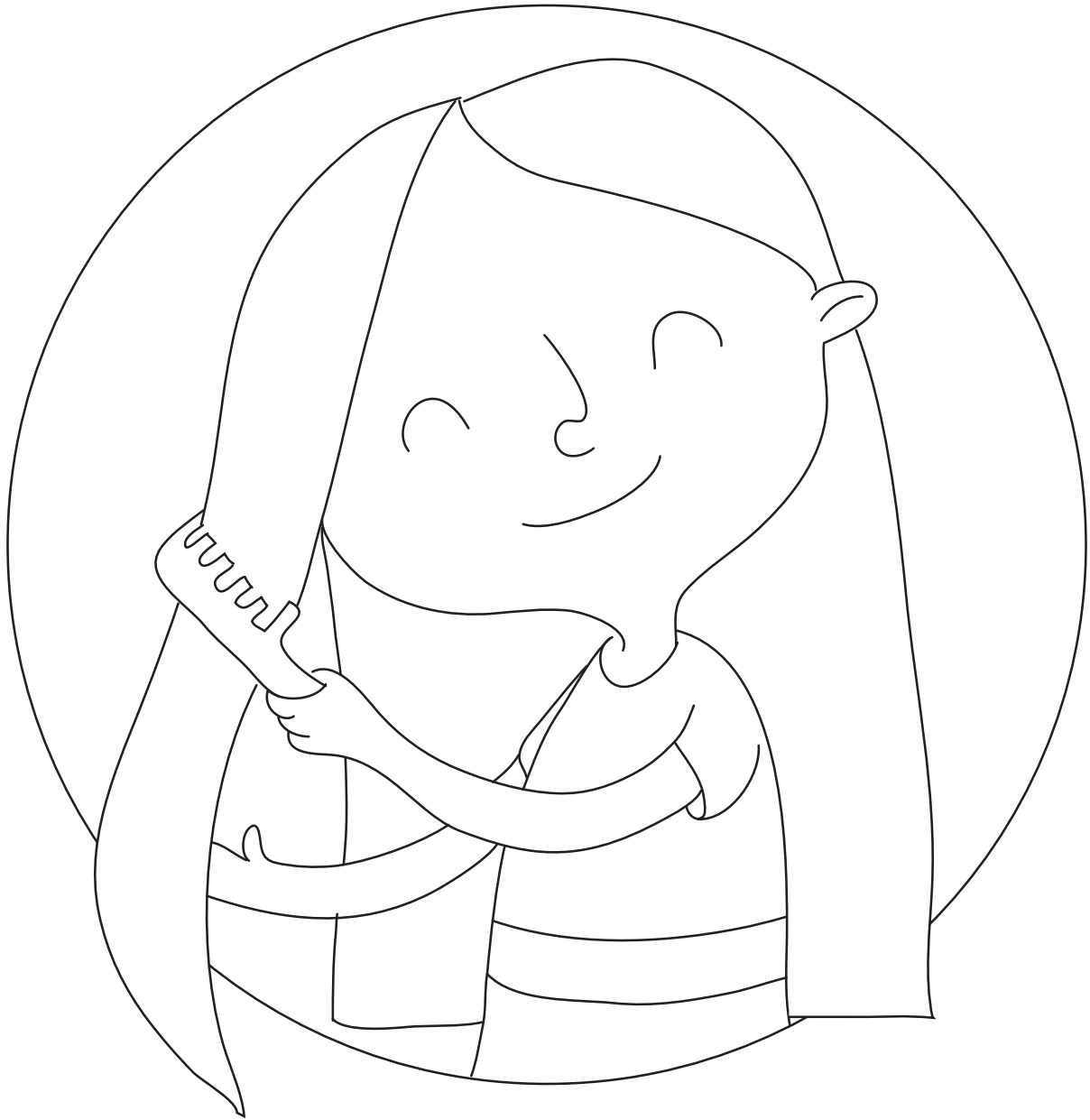
I wash up or take a bath.
Je me lave ou je prends un bain.



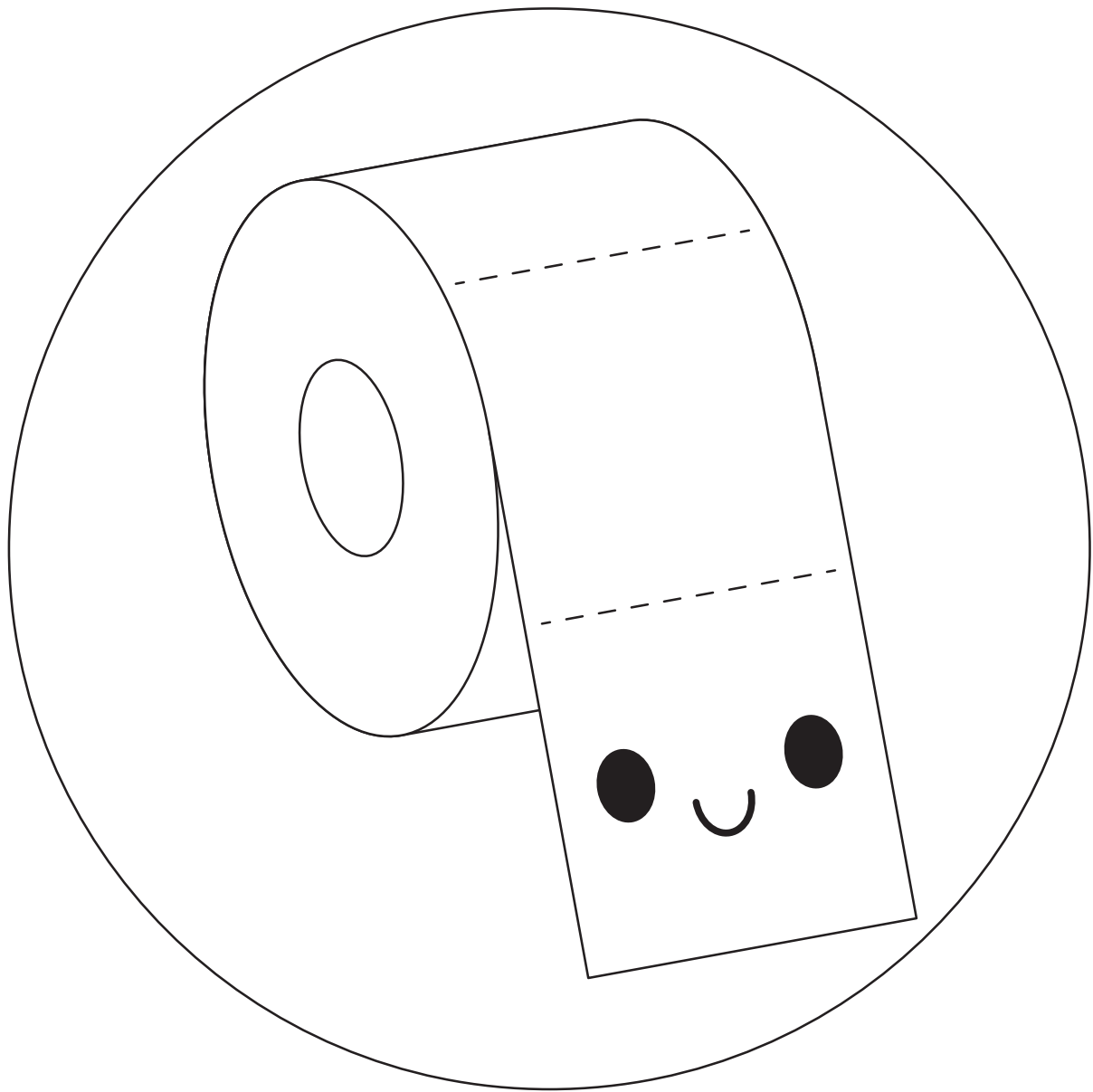
I put on my pajamas.
Je mets mes pyjamas.



I brush my teeth.
Je me brosse les dents.



I brush my hair.
Je me brosse les cheveux.



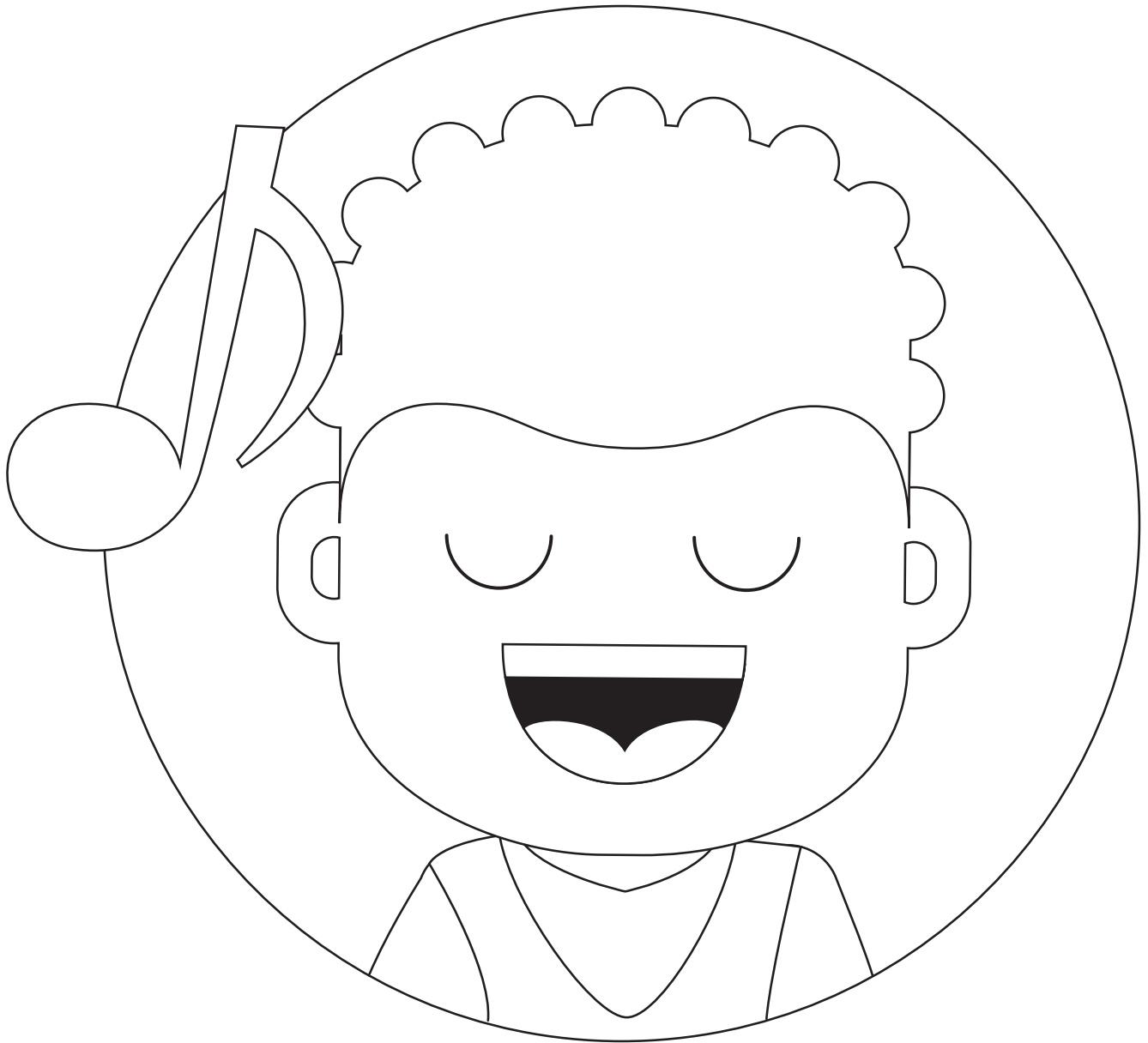
I go to the washroom.
Je vais aux toilettes.



We talk about our day.
On parle de notre journée.



We read a bedtime story.
On lit une histoire.



We sing a lullaby.
On chante une berceuse.



We snuggle up and cuddle.
On fait un calin.



We say goodnight.
On dit bonne nuit.



I go to sleep.
Je m'endors tout seul.



learnquebec.ca/goodnightbag

