





Fitness et moi

AOÛT

calendrier familial

avec des activités familiales amusantes à faire tout le mois!

1 FAIRE UN SOUPER DE FILLES!	 Intéressé par le Coaching? Aider les autres en prenant soin de soi-même!  Fitness et moi / Mar 12, 2015	7 CHOISIR VOTRE ACTIVITÉ PRÉFÉRÉE À FAIRE EN FAMILLE				
8 VISITER UN MARCHÉ MARAÎCHER POUR DES PRODUITS FRAIS	9 AVOIR UNE SOIRÉE DE LECTURE DE LIVRE EN FAMILLE	10 FAIRE UNE RECETTE DE SMORES!	11 FAIRE UN ACTE DE GENTILLESSE AU HASARD POUR UN VOISIN	12 TROUVER UN PROJET DIY À FAIRE EN FAMILLE	13 ALLER JOUER AUX QUILLES EN FAMILLE	14 ACHETER LES ARTICLES SCOLAIRES
15 ALLER FAIRE UNE MARCHÉ EN FORÊT OU DU VÉLO	16 TROUVER DES BLAGUES ET LES PARTAGER.	17 DONNER DE VIEUX VÊTEMENTS.	18 FAIRE DES FAJITAS POUR SOUPER	19 TROUVER 2 RECETTES DE POMMES DE TERRE À FAIRE CETTE SEMAINE	20 ALLER AU LAC OU À LA RIVIÈRE POUR LA JOURNÉE	21 FAIRE DES TÂCHES OU DES PROJETS DE RETOUR À L'ÉCOLE
22 PRÉPARER DES COLLATIONS SAINES POUR LA SEMAINE	23 PRENDRE UNE MARCHÉ DANS LE QUARTIE	24 FAIRE QUELQUES CORVÉES ENSEMBLE	25 SE FAIRE UN BAR À CRÈME GLACÉE	26 GÂTER VOTRE CHIEN ET PRENDRE DES PHOTOS	27 ORGANISER UNE SOIRÉE PIZZA ET CINÉMA EN FAMILLE	28 ÉCRIRE DES LETTRES POUR LA FAMILLE ET LES AMIS
29 S'ENTRAÎNER 20 MINUTES ENSEMBLE	30 TROUVER UN BRICOLAGE PINTEREST	31 FAIRE UN PIQUE-NIQUE	Amusez-vous en famille ce mois-ci avec ces activités ! Faites-les dans l'ordre pour chaque jour ou choisissez ce qui vous convient le mieux. N'oubliez pas de les marquer au fur et à mesure !			