



Contributi alla famiglia per età

18 mesi – 3 anni

- Accendere-spegnere luci
- Mettere a posto la spesa
- Piegare i canovacci
- Versarsi da solo i cereali per la colazione
- Pulire le sedie/tavolo con la spugna
- Mettere via i giochi
- Versare l'acqua
- Aiutare a preparare la tavola
- Avvertirti quando il semaforo diventa verde
- Buttare via pannolino sporco
- Lavare la frutta e verdura
- Svegliare i fratelli/sorelle
- Mettere i piatti (di plastica) nella lavastoviglie

4 anni – 6 anni

- Svegliarsi alla mattina con la propria sveglia
- Caricare la lavastoviglie
- Aiutare a trovare le cose al supermercato
- Piegare gli asciugamani, pantaloni, magliette
- Passare l'aspirapolvere
- Aiutare a misurare gli ingredienti
- Farsi il letto
- Assistere nella preparazione dei pasti
- Preparare una semplice colazione/pasto
- Svuotare la lavastoviglie e mettere via i piatti
- Pulire il lavello del bagno
- Portare fuori la spazzatura
- Caricare e far partire la lavatrice

7 anni – 10 anni

- Aiutare a pulire l'auto
- Caricare e scaricare lavastoviglie
- Preparare snacks, pasti semplici, insalate
- Aiutare a leggere ed eseguire ricette
- Fare la lavatrice
- Essere responsabile della spazzatura
- Leggere ai fratelli/sorelle più piccoli
- Piegare i vestiti
- Passare il mocio
- Aiutare con progetti fai da te
- Cambiare lenzuola al letto
- Rastrellare le foglie
- Spolverare i ripiani dei mobili

11 anni – 15 anni

- Preparare un pasto alla settimana per la famiglia
- Organizzare cassetti e armadi
- Tagliare l'erba
- Fare la spesa munito di lista
- Prendersi cura animali domestici
- Lavare l'auto
- Pulire il frigo/bagno/doccia
- Piantare fiori al cambio stagione
- Lavare le finestre
- Aiutare ad organizzare uscite di famiglia
- Aiutare i genitori nel loro lavoro
- Fare da babysitter (dopo un apposito training)
- Aiutare i fratelli a leggere e fare i compiti