

# Plan - Pas de Bol

## OBJECTIFS -LE POURQUOI :

Notre but ? Offrir une nourriture en mode contrafreeloading, enrichissement, sans alourdir notre emploi du temps !

## GESTION :

Préparation des casse-têtes et nourriture a un moment propice de notre journée.  
Gestion des chiens si multi.

## MOTIVATION:

5min de préparation par jour pour 3 activités de 5min pour le chien équivaux a 2h30 d'activité !

## PETITS PAS : LES ÉTAPES - SUR 30 JOURS

**Semaine 1:** Préparer un casse-tête, jeux de fouille par jour.

**Semaine 2:** Préparer un casse-tête et un tapis a lécher repas.

On peut en faire plusieurs tapis (ou kong-Toppl-ect) à la fois et les congeler dans sac ziplock.

**Semaine 3:** Tous les repas seront distribuer en jeux, entraînement et enrichissement.

## ÉQUIPEMENT:

Vous pouvez vous procurer divers distributeurs de nourriture. Il faut savoir qu'il faut varier ! Si non cela devient une habitude et n'est plus enrichissant. Mais cela revient cher. D'où l'intérêt des casse-tête maison. Les pots, contenants divers, serviettes, rouleaux papier toilette, tous ce que l'on trouve dans le bac de recyclage devient un enrichissement !



# Planning Journalier

Lun Mar Mer Jeu Ven Sam Dim

Date: .....

## Plan horaire

06:00

07:00

08:00

09:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

20:00

## Mon score du jour



## Liste des jeux

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

## Les notes:

# Planning Hebdomadaire

Date: .....

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

DIMANCHE

MON OBJECTIF

- 
- 
- 

MON SCORE





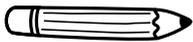




## N'oubliez pas...

### Jouer c'pas sérieux

Jouer, ce n'est pas faire semblant ! Faites le !  
Amusez vous bien.



### Parcours



Un pas à la fois  
Un jour à la fois

Ce n'est pas la destination  
mais la route qui compte.

### Expérience



Je ne perds jamais. Soit  
je gagne, soit j'apprends.  
Le meilleur moyen de  
réussir, c'est toujours  
d'essayer encore une  
fois.

### Me contacter



[monchiendereve.ca](http://monchiendereve.ca)  
[monchiendereve@gmail.com](mailto:monchiendereve@gmail.com)

### Compétences

