**Fazer parte da Criação dos Filhos e do serviço doméstico**

Pinte os quadrinhos de acordo com o número dos dias que cumpriu. Se for um dia por semana, pinte um. Se for dois dias, pinte 2. Se for todo dia, pinte 7. Depois, converse com a esposa. Ouvindo o desejo da esposa, decida a meta.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Não faço. | |  |  |  | Faço todos os dias. | | |
| Criação dos filhos e trabalhos domésticos | Acordar os filhos. |  |  |  |  |  |  |  |
| Pôr as roupas nos filhos. |  |  |  |  |  |  |  |
| Fazer os filhos tomem café da manhã. |  |  |  |  |  |  |  |
| Ajudar para os filhos lavar o rosto e escovar dentes. |  |  |  |  |  |  |  |
| Preparar as coisas que os filhos devem levar. |  |  |  |  |  |  |  |
| Escrever no caderno de comunicação dos filhos. |  |  |  |  |  |  |  |
| Fazer os filhos frequentar a creche ou jardim infantil. |  |  |  |  |  |  |  |
| Preparar o café da manhã. |  |  |  |  |  |  |  |
| Lavar e arrumar os pratos. |  |  |  |  |  |  |  |
| Fazer a máquina de lavar roupas girar. |  |  |  |  |  |  |  |
| Estender as roupas. |  |  |  |  |  |  |  |
| Fazer a limpeza leve. |  |  |  |  |  |  |  |
| Pegar os lixos e jogar fora. |  |  |  |  |  |  |  |
| Buscar os filhos até a creche, jardim infantil ou outro. |  |  |  |  |  |  |  |
| Pensar no menu do jantar. |  |  |  |  |  |  |  |
| Fazer compras. |  |  |  |  |  |  |  |
| Lavar a banheira. |  |  |  |  |  |  |  |
| Pegar as roupas estendidas. |  |  |  |  |  |  |  |
| Dobrar as roupas. |  |  |  |  |  |  |  |
| Arrumar as roupas. |  |  |  |  |  |  |  |
| Passar a ferro. |  |  |  |  |  |  |  |
| Preparar o jantar. |  |  |  |  |  |  |  |
| Fazer os filhos jantarem. |  |  |  |  |  |  |  |
| Lavar e arrumar os pratos após o jantar. |  |  |  |  |  |  |  |
| Fazer os filhos tomarem o banho. |  |  |  |  |  |  |  |
| Fazer os filhos colocarem roupas. |  |  |  |  |  |  |  |
| Ajudar para os filhos escovarem dentes. |  |  |  |  |  |  |  |
| Brincar com os filhos. |  |  |  |  |  |  |  |
| Fazer os filhos dormirem. |  |  |  |  |  |  |  |
| Bebê | Preparar o leite. |  |  |  |  |  |  |  |
| Fazer o bebê tomar leite. |  |  |  |  |  |  |  |
| Estililizar a mamadeira. |  |  |  |  |  |  |  |
| Trocar a fralda (de xixi) |  |  |  |  |  |  |  |
| Trocar a fralda (de cocô) |  |  |  |  |  |  |  |
| Atender quando o bebê chorar de noite. |  |  |  |  |  |  |  |

Pinte os quadrinhos de acordo com o números dos dias que cumpriu.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 0% | | 50% | | 100% |
| Dias de folga / Não periódico | Cortar a unha e limpar ouvidos dos filhos. |  |  |  |  |
| Escrever o nome nos objetos dos filhos. |  |  |  |  |
| Arrumar o álbum das fotos dos filhos. |  |  |  |  |
| Levar os filhos ao médico. |  |  |  |  |
| Levar os filhos para tomarem a vacina. |  |  |  |  |
| Estendar o acolchoado para cama. |  |  |  |  |
| Fazer a limpeza geral. |  |  |  |  |
| Tirar as ervas daninhas de casa. |  |  |  |  |
| Limpar o exaustor. |  |  |  |  |
| Dirigir o carro ao sair de casa. |  |  |  |  |
| Participar das atividades da Associação dos Moradores. |  |  |  |  |
| Participar do evento da creche, jardim infantil ou outro. |  |  |  |  |
| \* |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

\*Quanto aos quadrinhos vazios, use a vontade escrevendo como quer.