



*Créateur d'histoires personnalisées
pour les enfants*

Kit édition Spéciale Ados

TOP 60 DES ACTIVITES POUR LES ADOS A FAIRE QUAND ON S'ENNUI

- ☐ Ranger son placard et préparer un sac d'articles à donner
- ☐ Prendre des photos des vêtements dont tu n'as plus besoin en bon état et poste-les sur vinted, depop ou autres sites
- ☐ Apprendre de nouvelles compétences (apprendre une nouvelle langue, codage, origami, animation, instrument, etc.)
- ☐ Reproduire des tableaux célèbres
- ☐ Peindre ou dessiner un autoportrait
- ☐ Dessiner des BD
- ☐ Appeler tes grands-parents
- ☐ Faire un puzzle seul(e) ou en famille
- ☐ Faire des Sudoku et mots-croisés
- ☐ Jouer au Solitaire
- ☐ Décorer puis écrire dans son journal de gratitude
- ☐ Écrire et illustrer une histoire courte
- ☐ Écrire et publier des fans fictions sur wattpad
- ☐ Écrire une pièce de théâtre ou scénario
- ☐ Écrire et dirige un film
- ☐ Écrire une chanson ou un poème

- ☐ Faire une vidéo de musique
- ☐ Réparer quelque chose de cassé
- ☐ Redécorer et organiser sa chambre
- ☐ Assembler une capsule temporelle
- ☐ Faire des bouquets de fleurs avec ce que tu trouves dans le jardin ou terrasse
- ☐ Fabriquer des cartes de scrapbooking
- ☐ Apprendre à tricoter ou à faire du crochet
- ☐ Créer des collages avec tes photos préférées
- ☐ Collecter des citations qui t'inspirent
- ☐ Cuisiner un nouveau plat ou ton plat préféré
- ☐ Commencer un blog
- ☐ Créer un page Instagram, TikTok ou autres pour ton animal de compagnie
- ☐ Créer ton tableau de visualisation
- ☐ Faire ta 'bucket list'
- ☐ Créer le design de la maison de tes rêves
- ☐ Réfléchir et faire des recherches sur ton voyage de rêve
- ☐ Faire des recherches sur un pays dans lequel tu voudrais voyager et faire des tours virtuels des musées de ce pays

- ☐ S'instruire sur les constellations et essayer de les localiser la nuit
- ☐ Jouer à des jeux de plateau avec ta famille
- ☐ Apprendre des mouvements de danse en suivant des tutos YouTube
- ☐ Découvrir le yoga ou la méditation
- ☐ Cuisiner en famille
- ☐ Inventer une pièce de théâtre et performer devant ta famille
- ☐ Commencer un journal intime ou journal de gratitude
- ☐ Prendre des selfie rigolos
- ☐ Peindre des images ou citations positives
- ☐ Organiser une chasse au trésor avec ta famille
- ☐ Faire le jeu cache-cache de la sardine avec ta famille
- ☐ Construire un volcan avec du papier mâché
- ☐ Jouer à des jeux de balles et ballons (foot, volley-ball, ping-pong, etc.)
- ☐ Faire un tournoi de Jenga
- ☐ Chanter en karaoké
- ☐ Jouer aux cartes ou charades



- ☐ Faire une expérience de science
- ☐ Suivre une formation en ligne
- ☐ Regarder un documentaire
- ☐ Faire des exercices sportif en ligne
- ☐ Créer une vidéo sur quelqu'un que tu admires
- ☐ Créer un jeu de plateau
- ☐ Organiser un défilé de mode dans ta chambre ou le salon
- ☐ Faire ton arbre généalogique
- ☐ Regarder les albums photos en famille
- ☐ Créer une vidéo en recherchant les vidéos et photos de tes personnes préférées
- ☐ Faire une session spa maison avec ta famille



Mes notes et idées



Mes notes et idées



Disclaimer

Ce kit est destiné à un usage non commercial seulement. Vous ne pouvez pas revendre ou distribuer ce document ou une partie de ce document à des fins de rémunération

ce PDF ne peut PAS être distribué ou partagé avec d'autres.

Si quelqu'un veut en obtenir un exemplaire, veuillez le diriger vers notre site Web
www.monmondeamoi.com

Merci

www.monmondeamoi.fr