

Rituel date semaine du 27 avril au 1^{er} mai

Chaque jour je réalise l'activité du jour.

Lundi	J'écris la date d'aujourd'hui en entier.
Mardi	J'écris le nom de la saison actuelle.
Jeudi	J'écris la date d'avant hier en entier.
Vendredi	J'écris le nom du mois actuel.

Rituel date semaine du 4 mai au 8 mai

Chaque jour je réalise l'activité du jour.

Lundi	J'écris la date rapide.
Mardi	J'écris la date de demain en entier.
Jeudi	J'écris la date d'après demain en entier.
Vendredi	J'écris la date d'aujourd'hui en entier.