

Liste d'activités complices parent-ado

- Faire de la réno (ex. : repeindre une pièce, bâtir une serre, etc.).
- Prendre des marches.
- Écouter de la musique.
- Cuisiner.
- Lire le même roman à tour de rôle et en discuter par la suite.
- Apprendre une nouvelle langue.
- Suivre un cours en ligne (ex. : Zumba, yoga, etc.).
- Pratiquer un sport.
- Faire du bénévolat.
- Partir en camping.
- Jouer à des jeux de société.
- Faire un concours d'habiletés physiques
(ex. : faire l'arbre pendant 1 minute, marcher sur les mains, etc.).
- Planifier une soirée pizza.
- Peindre une fresque sur un mur dédié à cet effet.
- S'entraîner à deux.
- Apprendre les échecs.
- Faire un concours de blagues.
- Jardiner en été.
- Comparer les idoles de vos générations.
- Préparer une chasse au trésor.

