

Relève le « Défi 10 jours sans écran » !
Offre-toi une cure de détox !

du Jeudi 14 au samedi 23 mars 2019

Et si tu laissais la télé, l'ordinateur, les jeux vidéo et la tablette de côté?

<p><u>Jeudi 14 mars</u></p> <p>Soirée Jeux de société</p> 	<p><u>Vendredi 15 mars</u></p> <p>Soirée lecture d'histoires</p> 	<p><u>Samedi 16 mars</u></p> <p>Cuisine Pâtisserie</p> 	<p><u>Samedi 16 mars</u></p> <p>Bricolage</p>  <p>Jardinage</p>
<p><u>Dimanche 17 mars</u></p> <p>Balade à la plage, à la forêt, dans les dunes</p>  <p>Visite Familiale</p>	<p><u>Dimanche 17 mars</u></p> <p>Mots croisés Puzzles Scrabble</p> 	<p><u>Lundi 18 mars</u></p> <p>Soirée crêpes</p> 	<p><u>Mardi 19 mars</u></p> <p>Activités manuelles Scrapbooking</p> 
<p><u>Mercredi 20 mars</u></p> <p>Patinoire</p>  <p>Piscine</p> 	<p><u>Jeudi 21 mars</u></p> <p>Soirée albums photos</p> 	<p><u>Vendredi 22 mars</u></p> <p>Chacun raconte 3 histoires drôles</p>  <p>Prévoir des jeux de mimes</p>	<p><u>Samedi 23 mars</u></p> <p>On invite des amis, on se déguise</p> 

Chaque matin, en classe, marque ton score de la veille

- 2 si tu n'as pas du tout regardé un écran
- 1 si tu as un peu regardé
- 0 si tu as regardé autant que d'habitude

Jeudi 14 mars	Vend 15 mars	Sam 16 mars	Dim 17 mars	Lundi 18 mars	Mardi 19 mars	Mer 20 mars	Jeudi 21 mars	Vend 22 mars	Sam 23 mars	TOTAL des points

MOYENNE DE TA CLASSE :

ENFANCE-TÉLÉ : DANGER? propose du Jeudi 14 au samedi 23 MARS 2019

«10 jours SANS ECRAN»
(Télé, Ordinateur, Jeux vidéo, Tablettes...)

POUR APPRENDRE À GÉRER LES ÉCRANS

les élèves de WIMEREUX relèvent le DÉFI



Les écrans sont très attirants, il est difficile de leur résister...
Mais TOI avec ce DEFI, veux-tu être PLUS FORT que les ECRANS ?
Pour cela, demande à tes parents, frères et sœurs, de le relever avec toi.

Prénom :

Avec ce DEFI, tu peux gagner

20 points

- Quel score veux-tu atteindre ?

points

Le 23 mars, note ici ton total de points :

points

Veux-tu être maître des écrans et acteur de ta vie ?

- Choisis et enregistre les bons programmes
- Pas d'écran dans la chambre
- Pas avant l'école
- Pas pendant les repas
- Pas avant de t'endormir
- Varie tes activités

