

MISSION ECRANS À AVION



FAMILLE



FAMILLE



- Défi -	- Point(s) -	Total remporté par la Famille
Faire un jeu de société (à la maison, au Centre Social ou à la Maison des Habitants)	3 points par jour	
Emprunter un livre à la bibliothèque, à la médiathèque ou à la boîte à livre.	3 points	
Pas d'écran pendant les repas	3 points par repas	
Aller faire une balade en Famille	3 points	
Faire une activité manuelle	3 points	
Un parent regarde une vidéo Youtube "Famillenum" Préciser laquelle :	3 points	
Créer une charte sur Famillenum	3 points	
Organiser une soirée cinéma à la maison	3 points	

- Défi -	- Point(s) -	Total remporté par la Famille
Utiliser les tickets écran	3 points	
Partager ensemble une partie de jeu vidéo, ou regarder ensemble une vidéo que l'enfant apprécie	3 points	
Regarder un livre, un album photo avant d'aller dormir	3 points	
Pas d'écran une heure avant d'aller dormir	3 points par jour	
Faire un atelier cuisine à la maison	3 points	
Participer à un atelier au Centre Social ou à la Maison des Habitants	3 points	
Un Parent participe à la conférence du 05 Juillet	3 points	

● **TOTAL DES POINTS :**





VOTRE BILAN

Tout comme pour les petits questionnaires de départ, on s'est inspiré du cahier de bord de la Cité Educative de Saint Nazaire qui ont eux aussi lancé le défi d'une semaine "Moins d'écrans, Plus de temps : Cap ou pas cap ?" !

1/ ETES-VOUS SATISFAIT D'AVOIR PARTICIPER À CE DÉFI ?



shutterstock.com - 1227576487

2/ QUEL(S) DÉFIS AVEZ-VOUS PRÉFÉRÉ POUR REMPLACER LES ÉCRANS ?

2/ SUR QUEL(S) MOMENT(S) DE LA JOURNÉE C'ÉTAIT PLUS FACILE POUR TOI ?

Le matin



Le midi



L'après-midi



Le soir au dîner



Avant d'aller me coucher



3/ EST-CE QUE VOUS AVEZ TROUVÉ LE DÉFI :

très facile ★ facile ★★ difficile ★★★ très difficile ★★★★

5/ QUEL TYPE D'ÉCRAN ÉTAIT LE PLUS FACILE À LIMITER ?



6/ QUEL TYPE D'ÉCRAN ÉTAIT LE PLUS DIFFICILE À LIMITER ?



7/ EST-CE QUE CE DÉFI T'A DONNÉ ENVIE DE CONTINUER A CHANGER VOS HABITUDES AUTOUR DES ÉCRANS ?



shutterstock.com - 1227576487

BRAVO POUR VOTRE PARTICIPATION !