

# POUR UN BON USAGE DES ÉCRANS

*De plus en plus présents dans notre quotidien et celui de nos enfants...  
Ils nous permettent de faire beaucoup de choses intéressantes...*



**FAIRE UNE RECHERCHE**

**JOUER**

**TRAVAILLER**

**ÉCRIRE UN COURRIEL**

**ECHANGER DES IDÉES**

**REGARDER UN FILM**

**PARLER A UN AMI**

**ÉCOUTER DE LA MUSIQUE**

**APPRENDRE**



Les écrans proposent des **IMAGES** et des **SONS**  
provoquant des **ÉMOTIONS**  
qui peuvent aussi entraîner :

**RETARDS DE LANGAGE**



**PROBLÈMES DE SANTÉ** (ALIMENTATION, VISION, FATIGUE)

**PROBLÈMES DE CONCENTRATION**

**PERTE DE LA NOTION DU TEMPS**

**AGITATION**



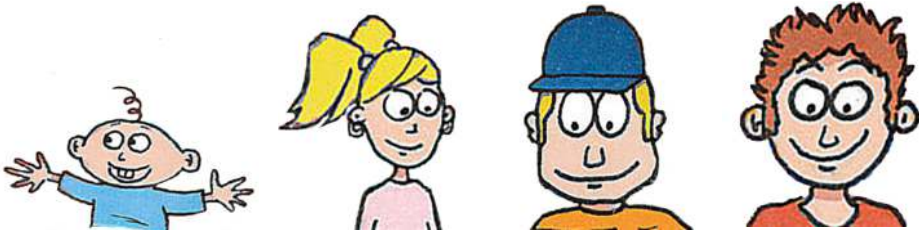
**ISOLEMENT**

**DIFFICULTÉS SCOLAIRES**

**DIFFICULTÉS À TROUVER LE SOMMEIL**

**AGRESSIVITÉ**

Un **CONTENU ADAPTÉ** à l'âge des enfants



Quelques conseils pour une **UTILISATION RAISONNÉE**

**CHOISIR LE BON MOMENT**



**LIMITER DANS LE TEMPS**

**FAIRE ENSEMBLE**



**S'ASSURER QUE LE CONTENU EST SANS RISQUE**

# J'AIME AUSSI



« Maman, tu me lis une histoire ? »

« Nounou, tu construis une maison avec moi ? »

« Papa, tu joues à la dînette ? »

« Tonton, tu me joues un morceau de guitare ? »



« Papa, maman, on va faire un tour en vélo ? »

« Mamie, on fait un gâteau ? »

« Papy, tu m'emmènes avec toi à la pêche ? »

« Et si on faisait un monopoly ? »



## POUR ALLER PLUS LOIN