

Une semaine avec moins de téléphone portable !



LA SEMAINE

RÈGLES

Pause portable tous les jours entre :

.....h eth

Quand on est en pause mon portable est rangé dans le panier.

- Pas de téléphone à table.
- Pas de téléphone durant les devoirs.
- Le portable est éteint à l'école.

Relève du Temps d'écran :

Défi :h.....min par jour !



LE WEEK-END

COMMENT ?

1 TEMPS
le samedi ou dimanche
SANS PORTABLE
À DÉCIDER ensemble



La pause portable
=
du temps gagné... ensemble



L'ESSAYER
C'EST
L'ADOPTER !

COMMENT ?

Idées d'activités ensemble :



.....
.....