



Les écrans et les enfants !

C'est quoi un écran ?

C'EST UN APPAREIL QUI
DIFFUSE UNE IMAGE ANIMEE
ET DU SON



A quoi sert un écran ?



Communiquer avec sa famille



Se divertir



Apprendre (lire, chanter, compter...)

Moins d'écrans permet :



Un meilleur sommeil pour bébé



Plus d'attention lors du repas

Une meilleure motricité et acquisition du langage

Moins de confusion avec la notion du temps



Un plus fort lien d'attachement



Plus de découvertes sensorielles

Pas avant 3 ans

15 min/jour maxi



Plutôt dans la matinée ou l'après-midi



Le programme écran est choisi par le parent et regardé avec lui



Pas à table et pas avant de se coucher



Faites le bouger pour compenser le temps assis passé devant l'écran !

