

Pas d'écran  
AVANT DE DORMIR

Pas d'écran  
DANS LA CHAMBRE

Et si on éteignait les écrans ?

Pas d'écran  
PENDANT LES REPAS

Pas d'écran  
LE MATIN

## Les risques

DIFFICULTÉS  
DE GRAPHISME

TROUBLES VISUELS

DÉPENDANCE  
PSYCHIQUE

FAIBLESSE  
DES APPRENTISSAGES

BAISSE DES CAPACITÉS À ENTRER  
EN RELATION AVEC LES AUTRES

RETARD DE LANGAGE

RETARD DE DÉVELOPPEMENT  
PSYCHOMOTEUR

AGITATION,  
DIFFICULTÉS ATTENTIONNELLES

DE 3 À 6 ANS

20

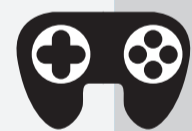
MAX.  
PAR SESSION



ACCOMPAGNÉ  
D'UN ADULTE



PRIVILÉGIER  
LA TABLETTE



JEUX VIDEOS  
À PETITE DOSE



TÉLÉVISION  
DÉCONSEILLÉE

AVANT 3 ANS

10

MAX.  
PAR SESSION



ACCOMPAGNÉ  
D'UN ADULTE



PRIVILÉGIER  
LA TABLETTE



TÉLÉVISION  
DÉCONSEILLÉE