

Défi-Famille Zéro Ecran

« Avant, devant les écrans ? »

Pour commencer le Défi-Famille Zéro Ecran, chaque membre de la famille doit noter « honnêtement » son temps d'écran lors d'un week-end habituel. Seuls les temps de loisirs, récréatifs ou d'information sont à prendre en compte pour ce défi (ne pas noter les temps d'écrans nécessaires pour le travail ou pour les études).
Fiche d'inscription à remettre à l'Operata avant le jeudi 7 octobre 2021 à 17h00. Ensuite à vous de jouer !

	VENREDI SOIR (À PARTIR DE 17H00)	SAMEDI	DIMANCHE	Total d'heures d'écran /week- end :
PARENT 1 PRÉNOM : AGE :h devant la TVh sur la tablette h sur le téléphone/smartphoneh sur les jeux vidéosh devant la TVh sur la tablette h sur le téléphone/smartphoneh sur les jeux vidéosh devant la TVh sur la tablette h sur le téléphone/smartphoneh sur les jeux vidéos	
PARENT 2 PRÉNOM : AGE :h devant la TVh sur la tablette h sur le téléphone/smartphoneh sur les jeux vidéosh devant la TVh sur la tablette h sur le téléphone/smartphoneh sur les jeux vidéosh devant la TVh sur la tablette h sur le téléphone/smartphoneh sur les jeux vidéos	
ENFANT 1 PRÉNOM : AGE :h devant la TVh sur la tablette h sur le téléphone/smartphoneh sur les jeux vidéosh devant la TVh sur la tablette h sur le téléphone/smartphoneh sur les jeux vidéosh devant la TVh sur la tablette h sur le téléphone/smartphoneh sur les jeux vidéos	
ENFANT 2 PRÉNOM : AGE :h devant la TVh sur la tablette h sur le téléphone/smartphoneh sur les jeux vidéosh devant la TVh sur la tablette h sur le téléphone/smartphoneh sur les jeux vidéosh devant la TVh sur la tablette h sur le téléphone/smartphoneh sur les jeux vidéos	
ENFANT 3 PRÉNOM : AGE :h devant la TVh sur la tablette h sur le téléphone/smartphoneh sur les jeux vidéosh devant la TVh sur la tablette h sur le téléphone/smartphoneh sur les jeux vidéosh devant la TVh sur la tablette h sur le téléphone/smartphoneh sur les jeux vidéos	
ENFANT 4 OU AUTRE MEMBRE DE LA FAMILLE PRÉNOM : AGE :h devant la TVh sur la tablette h sur le téléphone/smartphoneh sur les jeux vidéosh devant la TVh sur la tablette h sur le téléphone/smartphoneh sur les jeux vidéosh devant la TVh sur la tablette h sur le téléphone/smartphoneh sur les jeux vidéos	

Famille :

Commune :

Tel :

Mail :

Le saviez-vous ? Dans les paramètres de certains smartphones, il existe un gestionnaire de temps d'écran qui détaille notre activité journalière.

