

# LES ENFANTS ET LES ÉCRANS

## : ASTUCES

1. Établir un planning d'utilisation + règles  
(testez Faminum.com pour créer une charte))
2. Demander à l'enfant de prévoir une activité après l'utilisation des écrans
3. Confier à l'enfant un timer/sablier pour gérer son temps
4. Avertir l'enfant avant la fin du temps imparti
5. S'intéresser au contenu des écrans / discuter/co-visionner
6. Qualifier le contenu : que vas-tu utiliser sur l'écran ?
7. Placer les écrans dans un espace commun
8. Privilégier le contenu interactif
9. Activités sans les écrans avant 3 ans

