

LUNDI

Lire une histoire en famille
avant d'aller se coucher



DÉPARTEMENT DE MAINE-ET-LOIRE

anjou

MARDI

Dessiner en couleurs

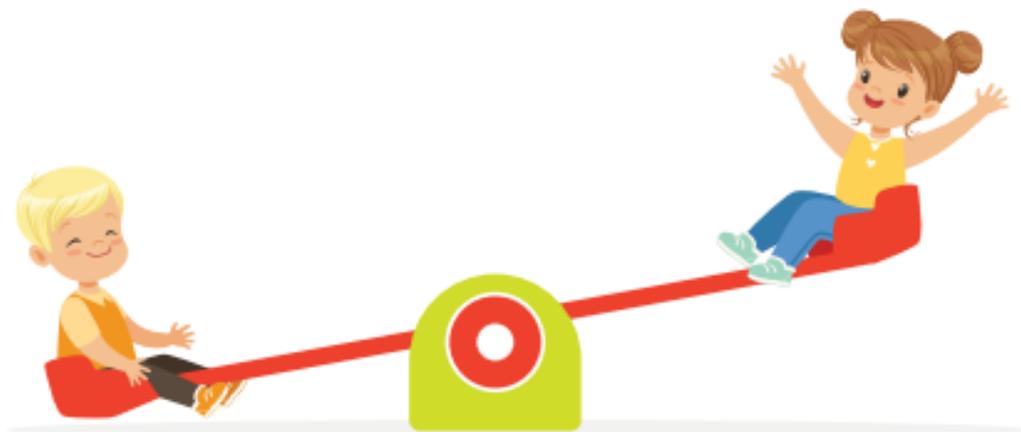


DÉPARTEMENT DE MAINE-ET-LOIRE

anjou

MERCREDI

Se promener, jouer dans un parc
ou aller à la bibliothèque



DÉPARTEMENT DE MAINE-ET-LOIRE

anjou

JEUDI

Partager les repas sans écran
(pensez à la boîte à écran)



DÉPARTEMENT DE MAINE-ET-LOIRE

anjou

VENDREDI

Jouer en famille le soir



DÉPARTEMENT DE MAINE-ET-LOIRE

anjou

SAMEDI

Inviter un copain à jouer



DÉPARTEMENT DE MAINE-ET-LOIRE

anjou

DIMANCHE

Cuisiner en famille



DÉPARTEMENT DE MAINE-ET-LOIRE

anjou

BONUS

Éteindre tous les écrans
de la maison, en rentrant de l'école
jusqu'au coucher



DÉPARTEMENT DE MAINE-ET-LOIRE

anjou

MES DÉFIS RÉUSSIS

LUNDI

VENDREDI

MARDI

SAMEDI

MERCREDI

DIMANCHE

JEUDI

BONUS

DÉPARTEMENT DE MAINE-ET-LOIRE

anjou