



# 10 IDÉES COMME ALTERNATIVES AUX ÉCRANS

Les écrans prennent de plus en plus de place dans notre quotidien.  
L'enfant a lui besoin de temps pour apprendre : apprendre à  
bouger, à manipuler, à communiquer...  
Chaque jour, en passant un peu moins de temps face aux écrans, on  
peut trouver des petits moments ensemble, pour l'éduquer.

**RETROUVEZ TOUTES LES ACTIVITÉS EN FAMILLE DE VOTRE ASSOCIATION :**

[www.familles-de-france.org](http://www.familles-de-france.org) N°Siret 784411829 00012

Imprimé par Rapid Flyer

Bâtiment 4, Village des voiles, 2, 1 Rue de Wambrechies, 59520 Marquette-lez-Lille



1

Et si on éteignait le portable en rentrant à la maison pour faire un peu plus attention les uns aux autres ?

2

Et si on se parlait de notre journée pour développer le langage et la communication ?

3

Et si on ouvrait un livre au moins une fois par jour pour le plaisir de lire ensemble ?

4

Et si on sortait au parc sans poussette pour bouger un peu ?

5

Et si on préparait le repas du soir ensemble pour avoir encore plus de temps pour communiquer ?

6

Et si on partageait quelques tâches ménagères pour apprendre à bien vivre ensemble ?

7

Et si on invitait des copains plutôt que de jouer tout seul ?

8

Et si on chantait ensemble pendant les longs trajets en voiture ?

9

Et si on les laissait s'ennuyer pour développer leur imagination et leur créativité ?

10

Et si on se faisait plus de câlins pour se détendre un peu ?



NOUS TROUVER :

[www.familles-de-france.org](http://www.familles-de-france.org)  
[facebook.com/Familles2France/](https://facebook.com/Familles2France/)  
[twitter.com/Familles2France](https://twitter.com/Familles2France)

**NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE**