

LE SAVIEZ-VOUS ?



Ecran et...

Santé



Les écrans fatiguent l'attention et la concentration, nécessaires aux **apprentissages**

Pas le matin

Parler souvent et régulièrement à son enfant stimule son langage et son **intelligence**

Pas dans la chambre de l'enfant

Pas pendant les repas

Garder le **contrôle** sur ce que vos enfants regardent et en parler

Pas avant de se coucher

La lumière bleue des écrans bloque la sécrétion de mélatonine et donc l'entrée dans le **sommeil**

LES ÉCRANS

<http://www.sabineduflo.fr/vous-et-les-ecrans-conseils-pratiques/>

Et si on en parlait ?

Cette année, en concertation avec l'équipe enseignante, nous vous proposerons **plusieurs communications et ateliers autour des écrans et nos enfants** (réseaux sociaux, contrôle parental, jeux vidéos, temps d'écrans...)

□ Écrivez nous : pe.elem.af@gmail.com

