

TROP

**QUAND C'EST...
TROP JEUNE
SOUVENT
VIOLENT
SANS SURVEILLANCE**

TOP

**QUAND C'EST ...
EN FAMILLE
POUR APPRENDRE
SURVEILLÉ
ENCADRÉ**

En



TROP ? OU TOP ?

C'EST LES ÉCRANS

LE TEMPS D'ÉCRAN ... PISTES ET SOLUTIONS

DONNE L'EXEMPLE

Et oui ! Pas si facile direz-vous ? Et pourquoi ne pas faire un petit test sur l'hyperconnectivité ?
On en trouve sur des sites tels que pausetonecran.com

PROPOSE DES ACTIVITÉS À FAIRE AVEC TES ENFANTS COMME ALTERNATIVE AUX ÉCRANS

On sort les jeux de société, une recette sympa à faire en famille, on va jouer dehors, on s'inscrit à un cours, etc.

PARLE AVEC TON JEUNE ET INTÉRESSE-TOI À CE QU'IL AIME EN LIEN AVEC L'UTILISATION DES ÉCRANS

C'est le temps de faire preuve d'ouverture et de positivité face à ses propos.

ÉTABLI DES RÈGLES

Selon l'âge, utiliser des écrans dans un endroit ouvert, fixer des moments sans écran, partager les mots de passe des enfants pour y avoir accès en cas d'inquiétude, etc.

ABORDE LES RÈGLES DE SÉCURITÉ

Ne pas donner des informations personnelles ou partager des photos intimes, etc.



Comité Défi Enfant
Cible Famille Brandon

PAUSETONECRAN.COM

LIGNE PARENTS 1-800-361-5085

CYBERAIDE 1-866-658-9022 OU CYBERAIDE.CA

FAMILY LINK (APPLI POUR CONTRÔLE PARENTAL)

CENTRE DE RÉADAPTATION EN DÉPENDANCE DU CISSSL

☎ 450-755-6655 💬 450-756-9542 KEVIN, AGENT DE LIAISON



Maison de la famille et
Centre de ressources périnatales

450-835-9094

15, rue Monday, St-Gabriel