

JE CALCULE MON TEMPS D'ÉCRAN

ANNEXE 5.1



Avec l'aide d'un adulte, complète ce tableau chaque jour en indiquant combien de temps tu as passé devant un écran : tablette, télévision, console de jeux, ordinateur, smartphone, ...

Sois honnête !



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
TOTAL	TOTAL	TOTAL	TOTAL	TOTAL	TOTAL	TOTAL
----- Minutes	----- Minutes	----- Minutes	----- Minutes	----- Minutes	----- Minutes	----- Minutes