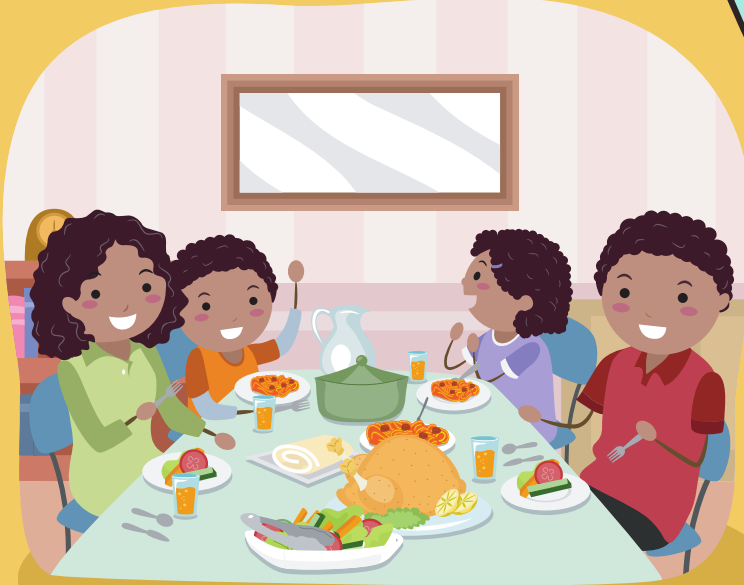


MON HYGIÈNE NUMÉRIQUE



1 - Pas d'écran
le matin, avant
de venir à
l'école... je suis
disponible pour
les
apprentissages



2 - Pas
d'écran
pendant les
repas...
je discute !



3 - Pas d'écran
le soir avant de
me coucher... je
prépare une
bonne nuit !



Avec ça, je
serai plus
concentré et
plus posé !

4 - Pas
d'écran
dans ma
chambre...
j'y suis
protégé !

