

Je gère mon temps d'écran



Auteur : Prévention et promotion de la santé du département prévention et santé mentale du CPAS de Charleroi

Support : Jeu de cartes

Thèmes : Outil d'apprentissage de la régulation du temps d'écran

Public : Enfants à partir de 6 ans

Contenu :

- 1 boîte « Ma banque à Grignots ».
- 1 boîte « Mes Grignots utilisés »
- 1 carnet de Grignotage des Grignots
- 1 feuillet de Grignots 5 minutes
- 1 feuillet de Grignots 10 minutes
- 1 feuillet de Grignots 20 minutes
- 1 feuillet de Grignots 30 minutes
- 1 panneau « Rappel de la règle »

Matériel à prévoir : *Un minuteur de cuisine qui permettra de concrétiser le temps qui s'écoule.*

Nombre de participants : n.d.

Résumé : A l'instar de l'argent de poche que l'enfant apprend à gérer, cet outil pédagogique a été conçu afin de permettre à l'enfant de réguler son temps de consommation des écrans. Cet outil va permettre, grâce à la négociation et la relation de confiance, la régulation et ensuite l'autorégulation de la consommation quotidienne des écrans chez les enfants.

Objectif(s) : Permettre, grâce à la négociation et la relation de confiance, la régulation et ensuite l'autorégulation de la consommation quotidienne des écrans chez les enfants.

Editeur : Equipe de Prévention et promotion de la santé du département prévention et santé mentale du CPAS de Charleroi - Boulevard de l'Yser, 15-17 , 6000 Charleroi

Tél. : 071 20 83 59 **Courriel :** pps@cpascharleroi.be

Site Internet : <https://www.cpascharleroi.be/>