



Bilan des Parents après 5 jours sans écran

1. Cette expérience vous a-t-elle parue ? facile difficile très difficile

2. Avez-vous trouvé le projet trop long ? oui un peu non

3. Votre enfant a-t-il facilement trouvé d'autres occupations ? oui non

4. Votre enfant s'est-il ennuyé sans écran ? oui un peu non

5. Votre enfant vous a-t-il paru plus calme sans écran ? oui un peu non

6. Avez-vous remarqué un meilleur sommeil chez votre enfant en supprimant les écrans ?
 oui un peu non

7. Les devoirs ont-ils été plus faciles à faire et les leçons à retenir ? oui un peu non

8. Avez-vous pu passer davantage de temps en famille ? oui un peu non

9. Quelles sont les activités qui ont permis de remplacer ces temps sur les écrans ?

discussions sorties jeux de société ou autre sport

lecture petits travaux activités de loisirs

Autre (merci de préciser) : _____

10. Cette expérience vous a-t-elle parue positive ? oui non

Pourquoi ? _____

11. Cette expérience vous incite-t-elle à modifier quelques habitudes dans votre foyer dans le futur ? oui un peu non

Remarques supplémentaires : _____

Merci infiniment pour votre collaboration et votre accompagnement !



Bilan des enfants après 5 jours sans écran

1. Cette expérience t'a-t-elle semblée? facile difficile très difficile
2. As-tu trouvé les 5 jours trop longs ? oui un peu non
3. As-tu trouvé facilement d'autres occupations sans l'aide de tes parents?
 oui Lesquelles ? _____
 non
4. T'es-tu ennuyé sans écran ? oui un peu non
5. T'es-tu senti plus calme? oui un peu non
6. As-tu eu l'impression de mieux dormir la nuit sans regarder les écrans, surtout le soir? oui
 un peu non
7. Tes devoirs ont-ils été plus faciles à faire et tes leçons à retenir ?
 oui un peu non
8. As-tu pu passer plus de temps en famille ? oui un peu non
9. Quelles sont les activités qui t'ont permis de remplacer ces temps sur les écrans ?
 discussions sorties jeux de société ou autre sport
 lecture petits travaux activités de loisirs
 Autre (merci de préciser) _____
10. As-tu aimé faire cette expérience? oui non
Pourquoi ? _____

11. As-tu envie de réduire ton temps devant les écrans dans le futur ? oui un peu non
12. As-tu envie de parler de ton expérience à tes camarades? oui non
Pourquoi ? _____

Merci beaucoup pour ta collaboration et ton courage! BRAVO !