

Par quoi pourrait-on remplacer le temps d'écran ?

Cuisiner

Chanter, jouer d'un instrument

Danser

discuter

lire

puzzler

rêver

des activités calmes

des loisirs créatifs

dessiner

peindre

photographier

écrire

coudre, tricoter

inventer

Passer du temps avec mes animaux

Astuce : je pense à la bibliothèque !



du bricolage

pour le jardin

pour la maison

pour sa chambre

Du temps avec ma famille

Du temps avec mes amis

des jeux de société

en solo

à deux

en groupe

Idées promenades



Mon temps libre : j'en fais quoi ?

Astuce : je pense à la ludothèque !



observer

découvrir

prendre l'air

se dépenser

des promenades en pleine nature

à pied

à vélo

du skate / des roller

du foot / du basket

courir

du yoga / de la relaxation

nager à la piscine

tous les sports possibles !

du sport

Sorties "en ville"

Cinéma

Promenade

Visites culturelles (musées, zoo...)

les sorties sur Angers



les sorties sur Nantes



Faire tes devoirs
Organiser ta chambre
Aider tes parents

Tu peux aussi...