

Les lutins de Noël ont une mission pour vous !! Saurez-vous la relever ?
A la fin de ce défi peux-tu répondre au questionnaire au dos du calendrier et l'envoyer en photo à cette adresse ?
centre.social.vallee.authre@csiva.fr



JOYEUSES
FÊTES A TOUS !



MON CALENDRIER DE L'AVENT



LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

DIMANCHE



Créer une charte familial avec le site "faminum"
22
www.faminum.com

Ranger sa chambre et préparer des sablés de Noël
23

Vérifier son temps d'écran dans les paramètres
24

Passer un bon moment sans utiliser son téléphone
25

Vérifier son temps d'écran et faire - que précédemment
26

Aller se balader minimum 30min à l'extérieur
27

Lire 3 histoires avant d'aller dormir
28

Ne pas utiliser d'écran 1h avant de se coucher
29

Jouer à un jeu vidéo ensemble
30

Ne pas utiliser d'écrans le matin et préparer une carte de vœux
31

Passer minimum 2 appels à un proche pour la bonne année
1

Préparer un chocolat chaud à la guimauve
2

Jouer à un jeu de société en famille
3

Répondre tous ensemble au questionnaire au dos du calendrier
4

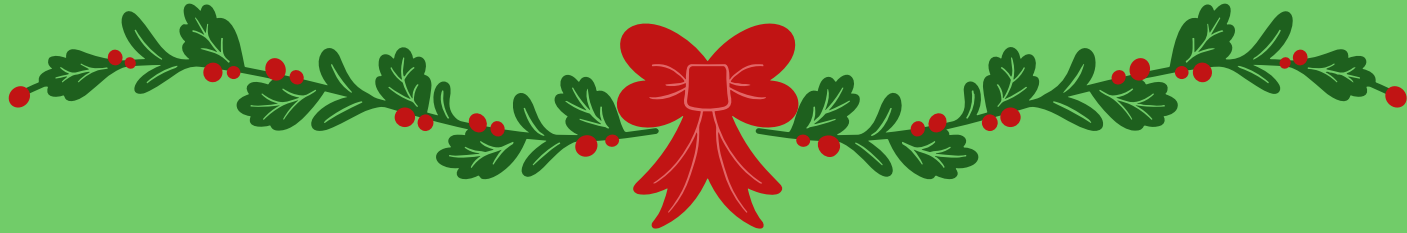
Avec ce calendrier, améliorons notre bien-être avec les écrans !

Colle une gommette quand c'est réussi ! 😊

Ce calendrier s'applique de 3 à 99 ans



Votre avis compte pour nous !
Voici un petit retour qui pourra nous aider



Quels défis as-tu préféré relever ?

.....

Quels défis as-tu le moins apprécié ?

.....

Cela t’as paru difficile de relever tous les défis ?

.....



Si oui, pourquoi ?

.....



Voulez-vous être recontacté en 2026 pour le défi 10 jours sans écrans ?



☐ Oui

☐ Non

