



ARTICLE POUR BULLETINS D'INFORMATION

pause JEU

Pendant sept jours en _____, les élèves participeront à **pause JEU** et tiendront compte du temps qu'ils passent devant les écrans et à faire de l'activité physique.

Chaque élève recevra un registre où il consignera le **temps passé devant les écrans et à faire de l'activité physique.**

On encouragera les élèves à intégrer plus d'activité physique dans leur quotidien et à réduire le temps qu'ils passent devant les écrans.

L'objectif est d'amener les enfants à s'adonner à des **jeux actifs pendant au moins 60 minutes** par jour, à limiter à **2 heures** par jour le temps de loisir passé devant les écrans et à réduire les périodes prolongées en position assise.

