

Petit questionnaire

Pourquoi J'utilise un écran ?

A remplir et à partager en famille, avec les copains,...



POURQUOI J'UTILISE UN ÉCRAN ?

Entoure ou dis ce qui correspond :

- Pour m'amuser (jeux, vidéos)
- Pour apprendre (école, documentaires)
- Pour parler avec des amis / la famille
- Parce que je m'ennuie
- Autre : _____

À QUELS MOMENTS DE LA JOURNÉE J'UTILISE UN ÉCRAN ?

Entoure ou dis ce qui correspond :

- Le matin avant l'école
- Après l'école
- Pendant les repas
- Le mercredi
- Le soir avant de dormir
- Le week-end
- Autre : _____

COMMENT JE ME SENS APRÈS AVOIR UTILISÉ UN ÉCRAN ?

Je peux dire ou choisir :

- Content / amusé
- Fatigué
- Énérvé / agité
- Calme
- Autre : _____

EST-CE QUE JE FAIS DES PAUSES QUAND J'UTILISE UN ÉCRAN ?

Réponds :

- Oui, souvent
- Parfois
- Non, presque jamais

Si oui, que fais-tu pendant la pause ? _____

QU'EST-CE QUE JE POURRAIS FAIRE À LA PLACE DES ÉCRANS ?

Trouve au moins 3 idées :

-
-
-

