

LES ÉCRANS

le coronavirus numérique

Ils sont presque indispensables pendant le coconfinement, nos écrans ! Ils nous permettent de faire l'école...



... de faire du télétravail...



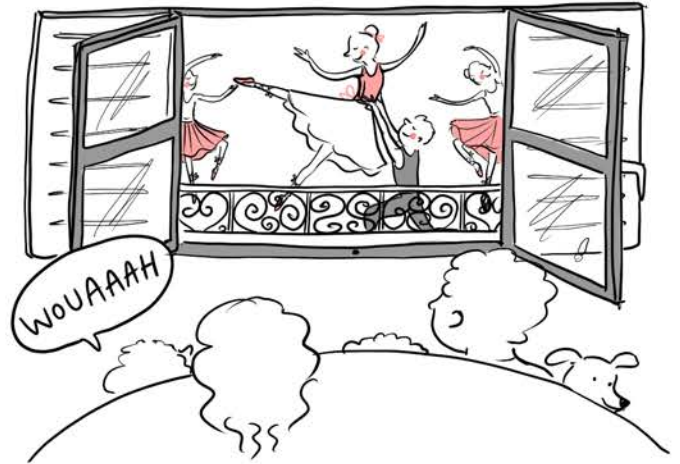
... de faire des appels vidéo...



... ou de nous distraire.



En fait, les écrans sont comme des fenêtres supplémentaires à notre cocon, que l'on peut ouvrir pour voir ailleurs.



Pour cela ils sont une aide qui peut être précieuse pour mieux vivre le coconfinement.

Mais les spécialistes le disent: passer trop de temps devant un écran peut aussi amener des problèmes:



ne plus être capable de s'arrêter...

avoir les yeux qui se fatiguent,



et du mal à s'endormir...



Passer trop de temps devant les écrans n'est pas très bon pour nous. Il faut être raisonnable.

Alors, bien sûr, gardons ces outils pour l'école, le télétravail, appeler Mémé, les choses indispensables... et un bon film partagé en famille.



Mais n'oublions pas que nous pouvons aussi nous distraire avec:

les livres...



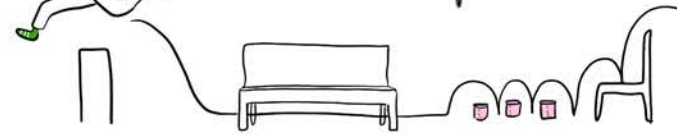
les jeux de société...



les activités manuelles...



sportives...



et tant d'autres choses!

Et quand le coconfinement sera terminé, que nous serons libres d'aller ailleurs, nous regarderons moins par ces fenêtres supplémentaires!



D'ailleurs, que vois-tu depuis ta fenêtre, toi?