











Top 10 des façons de fêter la semaine sans écran

-  **Débranchez et amusez-vous** – Organisez une soirée de jeux de société en famille !
-  **Évadez-vous en pleine nature** – Organisez une randonnée, une sortie à vélo ou une chasse au trésor en plein air.
-  **Créez des zones sans écran** – Installez des panneaux autour de chez vous, à l'école ou dans votre quartier.
-  **Journée de bénévolat en famille** – Prenez votre famille et allez donner un coup de main dans votre communauté.
-  **Faites passer le mot** – Mettez des dépliants sur la Semaine sans écran dans votre quartier.
-  **Partagez le défi** – Publiez un post sur la Semaine sans écran sur vos réseaux sociaux (puis déconnectez-vous !).
-  **Dînez et déconnectez** – Savourez un repas sans écran dans un restaurant du coin.
-  **Jusqu'où pouvez-vous aller ?** – Suivez vos heures sans écran et transformez-les en un défi amical !
-  **Impliquez-vous** – Impliquez-vous dans la semaine sans écran et encouragez les autres à en faire autant.
-  **Tag, c'est toi !** – Lancez un défi à vos amis, votre famille ou vos collègues pour qu'ils rejoignent le mouvement.