

## **Des outils pour soutenir les parents dans la gestion des écrans**

Chers parents,

Les écrans occupent une place grandissante dans nos vies. Bien qu'ils aient des avantages, l'utilisation qu'en font les enfants est parfois préoccupante. En tant que parents, il peut être difficile de gérer le temps d'écran. Pour vous aider, les partenaires jeunesse de la Vallée-de-l'Or ont créé des outils afin d'encourager une saine hygiène numérique à la maison, dès le plus jeune âge.

Le Centre de services scolaire de l'Or-et-des-Bois est ainsi fier de s'associer au Regroupement local des partenaires Jeunesse de la Vallée-de-l'Or afin de vous distribuer les outils « **Les écrans, une question d'équilibre!** ».

**Vous recevrez ainsi cette semaine à la maison les outils imprimés suivants :**

- Un livre d'histoire écrit par Carine Paquin, autrice originaire de la région ;
- Un outil statique à coller sur le frigo comportant les différents messages-clés pour un usage équilibré des écrans.

**Ce dimanche 17 novembre 2024, participez au [Défi 24 h Pause « Décolle de ton écran »!](#)**

La campagne Pause ton écran propose encore cette année un défi 24 h, à relever seul ou en famille! Décoller de son écran, c'est gratifiant. Planifiez votre déconnexion, choisissez l'un des 4 défis et inscrivez-vous en ligne : [Pour un usage des écrans qui nous fait du bien | PAUSE](#)

**Parcours Parents – Aider son enfant.com - Écrans : amis ou ennemis?**

Nous vous invitons à vous référer au Parcours Parents pour visionner des événements en ligne ou en rediffusion : Écrans et réseaux sociaux, s'outiller pour mieux intervenir, Saine gestion des jeux vidéos, Éducation à la citoyenneté numérique. Vérifier le courriel reçu de votre école vous invitant à vous abonner gratuitement au Parcours Parents.

Nous vous encourageons à explorer ces outils pour soutenir une utilisation équilibrée des écrans et nous vous remercions de votre engagement dans l'accompagnement de vos enfants.

Le Service des communications