



# Le téléphone

## AUX SPORTIVALES

Au bon moment, au bon endroit !



### Quand l'utiliser ?

**Pour communiquer avec mes parents avant et après les Sportivales**



**15 minutes au début du temps calme pour vérifier mes notifications**



### Pourquoi limiter son utilisation ?



#### **Pour favoriser les échanges**

Parler, écouter, rire ensemble, créer des liens ...  
c'est comme ça que naissent les plus beaux souvenirs !

#### **Pour profiter pleinement des activités**

Être concentré, s'amuser et prendre du plaisir à 100 %

#### **Pour se reposer et se détendre**

Le temps calme, c'est fait pour déconnecter, se relaxer et recharger ses batteries