

Ma grille de points pour le défi

Semaine Sans Ecran

Du lundi 29 mai au dimanche 4 juin 2023

Nom : _____ Prénom : _____ Collège : _____

*Fais une croix sur un écran à chaque fois que tu arrives à t'en passer.
Chaque jour, compte le nombre d'écrans qui ont une croix.*



Jours	Matin		Déjeuner	Après-midi		Diner	Soirée	Nuit	Points
	Avant 9h	9h - 12h	12h - 12h30	13h30 - 17h	17h - diner	Pendant le repas	Après le repas	Pendant la nuit	
Lundi 29 mai		Collège		Collège					/ 6
Mardi 30 mai		Collège		Collège					/ 6
Mercredi 31 mai									/ 8
Jeudi 1 ^{er} juin		Collège		Collège					/ 6
Vendredi 2 juin		Collège		Collège					/ 6
Samedi 3 juin									/ 8
Dimanche 4 juin									/ 8
Totaux	/ 7	/ 3	/ 7	/ 3	/ 7	/ 7	/ 7	/ 7	/ 48