

Ma grille pour le défi -maternelle

Nom : Prénom : Age :

Défi 10 jours sans écran, du mardi 13 au jeudi 22 mai 2025.
Je colorie la case à chaque fois que j'ai réussi à me passer d'écran.

	Matin 	Repas 	Pas dans la chambre 	Pas avant de dormir 	total :
J1 : mardi 13					
J2 : mer. 14					
J3 : jeudi 15					
J4 : vend. 16					
J5 : sam. 17					
J6 : dim. 18					
J7 : lundi 19					
J8 : mardi 20					
J9 : mer. 21					
J10 : jeudi 22					
total :					