



Province  
de Liège

Santé à l'école

## SURTOUT

Je passe du temps dehors.

Je fais du sport.

Je joue avec mes amis, mes frères,  
mes soeurs.

Je fais d'autres activités (dessins, jeux  
de construction, puzzle)...



Une initiative de

**l'antenne PSE de Saive**

Rue Cahorday, 1

4671 Saive

04/237 34 40

pse.saive@provincedeliege.be

Merci à Solange Vanderweyen pour les illustrations

## Dépose ta manette et chausse tes baskets!

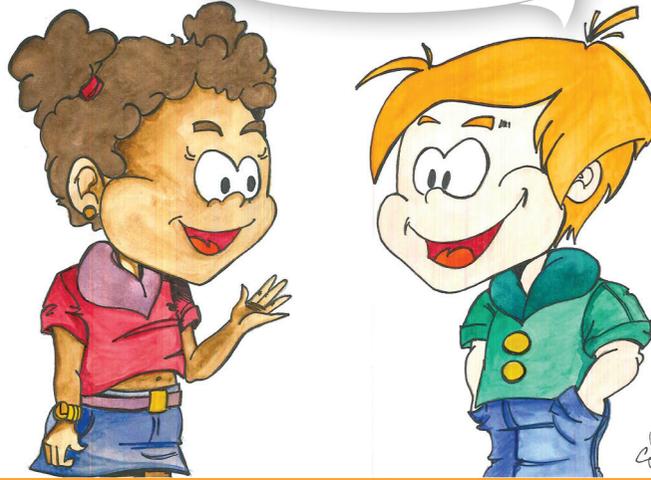


Avec les jeux vidéos, internet ou la télévision :

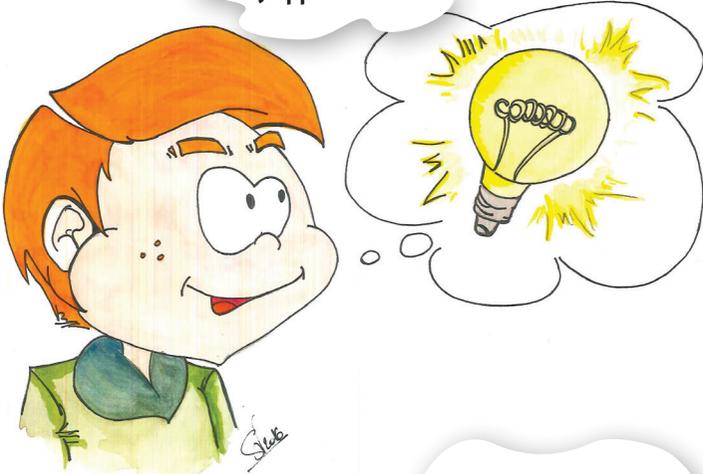
Je m'amuse.



je discute avec mes amis.



J'apprends.



Mais pour ma santé, je respecte quelques règles :

Je fixe un temps  
avec mes parents.



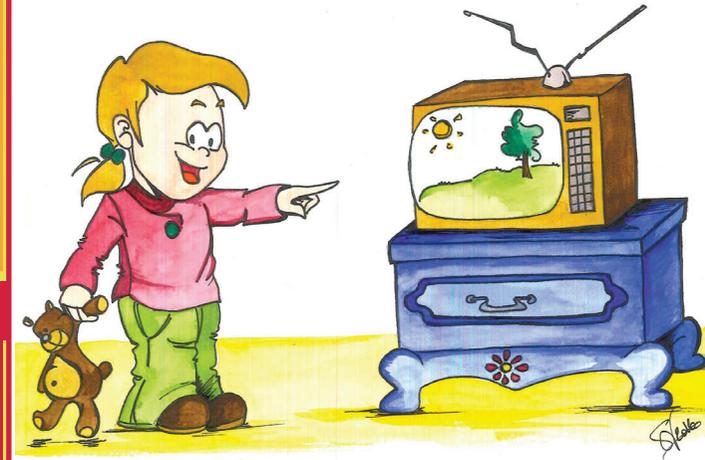
Je me surpasse.



Je ne joue pas aux jeux  
vidéos, à la tablette et ne regarde  
pas la télévision avant  
d'aller dormir. Je lis une histoire,  
par exemple.



Je montre les jeux à mes parents et les  
programmes que je regarde.



Je raconte à mes parents ce que j'ai vu  
à la télévision, sur internet et les jeux  
auxquels j'ai joué.

