

# PAUSE ton écran et prends un livre!

## Suggestions littéraires pour les enfants et leurs parents

La lecture est non seulement bonne pour la santé, mais elle est également un atout de taille pour apprendre! Plusieurs études ont démontré qu'en lisant **20 minutes** par jour, on lirait en moyenne **1,8 million de mots** par année. La semaine **PAUSE ton écran** est un excellent moment pour améliorer nos habitudes de lecture! Voici quelques suggestions (cliquez sur les titres pour plus d'informations).

### Préscolaire

- [Tek, l'accro-magnon des tablettes](#)
- [On n'a pas allumé la télé](#)
- [Ma famille déconnectée](#)
- [La patate paresseuse](#)
- [Débranché](#)

### 2e cycle

- [Papa est connecté](#)
- [La merveilleuse machine à se faire des amis](#)
- [Mon papa n'écoute pas!](#)
- [Méchant minou n'aime pas les jeux vidéo](#)
- [Un chien trop connecté](#)



### 1er cycle

- [Débranché](#)
- [Clic, clic, danger!](#)
- [La journée sans écran!](#)
- [Je veux la tablette!](#)
- [Pfff...](#)
- [La patate paresseuse](#)
- [La brigade anti-écrans](#)

### 3e cycle

- [L'enfant allergique aux écrans](#)
- [Les écrans et toi : Guide pratique sympathique pour devenir un utilisateur cyberfuté](#)
- [#Boucledor](#)
- [Alerte : culottes meurtrières! Fausses nouvelles, désinformation et théories du complot](#)
- [Fake news : Tout sur la désinformation](#)
- [4 998 amis](#)
- [Les accros aux écrans : Pour les p'tits rebelles branchés au virtuel!](#)

### Pour les parents

- [Écrans : comprendre leurs effets et intervenir adéquatement](#)
- [Les écrans et nos enfants : À la rescousse des parents](#)
- [Grandir loin des écrans : Un guide pour transformer les habitudes familiales](#)
- [Le petit livre pour doser les écrans en famille](#)