

Québec, le 20 mars 2012



la semaine  
des jours  
« sans » écran

Bien chers parents,

Depuis 2006, tout le personnel de l'Externat a été invité à participer à LA SEMAINE DES JOURS « SANS » voire même à LA DIZAINE DES JOURS « SANS ». À chacune de ces années, de nombreux parents ont aidé leurs jeunes à relever les défis proposés pour acquérir de meilleures habitudes de vie.

Encouragés par des résultats positifs et inspirés de l'étude réalisée par le docteur Tom Robinson, de l'Université Stanford, en Californie, qui a mesuré l'impact d'une réduction de la consommation de télé, de jeux vidéo et d'ordinateur sur la violence physique (-40%) et sur la violence verbale (-50%), nous lançons un **DÉFI** très très grand en 2012, soit de vivre :

LA SEMAINE DES JOURS « SANS » **ÉCRAN** qui aura lieu du 26 au 30 mars.

**(télé, ordinateur, jeux vidéo, iPod)**

Cette semaine a pour but de créer une vague de « SANS » et une vague de « SENS », en essayant de « remplir les manques » par des gestes porteurs de « SENS » par des relations et par des activités qui incitent à vivre plus et mieux.

Pour contribuer ainsi à créer une vague de sens, d'amitié, de respect de soi et des autres, lundi prochain, chaque enfant recevra un billet-calendrier sur lequel il pourra noter sa qualité de participation à chaque jour de cette semaine sans précédent.

Certes, ce projet est à contre-courant des tendances actuelles de notre société. Mais, que diriez-vous si volontairement nous, les adultes, nous apprenions à gérer les manques, les besoins d'avoir toujours plus, en donnant autour de nous plus de « SENS » à ce que l'on vit et en entraînant nos jeunes dans la même direction?

Nous souhaitons ardemment que cette SEMAINE DES JOURS « SANS » **ÉCRAN**

trouve une haute *qualité d'accueil* dans votre foyer et dans le cœur des petits

et des grands de l'Externat St-Jean-Berchmans.

Ensemble, donnons-nous la main!

L'équipe-école de l'Externat