

Cadre logique de l'action : Action sommeil/écrans auprès de 6^{ème} - Etudiants

OBJECTIFS			
Objectif général			
Objectifs spécifiques	ACTIVITES	RESSOURCES	PARTENAIRES
- - - ...			

1. Tableau et feutres
2. Infirmière scolaire
3. Deux salles de classes équipés de vidéoprojecteur
4. Brise-glace je m'appelle et j'aime
5. Définir des technique/habitudes à mettre en place pour faciliter l'endormissement
6. Sensibiliser sur l'importance du sommeil sur la santé des enfants et des adolescents
7. Questionnaire d'évaluation de la séance
8. Diaporama
9. Jeu de la ligne explorant les habitudes des élèves concernant leur sommeil ou avant de s'endormir
10. Professeur de SVT
11. Connaître les rôles du sommeil et son impact sur la santé et le développement
12. Quatre étudiants en santé organisés en deux binômes
13. Travail en groupe : construction d'un emploi du temps fictif incluant les habitudes courantes des collégiens, avec mise en œuvre de comportements favorisant le sommeil (quantité et qualité)

14. Meilleure implication des parents dans l'organisation des habitudes de la famille autour du sommeil et de l'utilisation des écrans
15. Identifier les facteurs influençant la qualité et la quantité de sommeil
16. Questionnaires imprimés
17. Abaque faisant débattre sur la question du sommeil et des aprioris à ce sujet
18. Cartons de trois couleurs différentes