

# Quotidien des Jeunes



## Sommaire:

Actualité \_\_\_\_\_ page 2  
 Sport \_\_\_\_\_ page 3  
 Loisirs \_\_\_\_\_ page 4  
 Santé \_\_\_\_\_ page 5

## Nouveauté:

Scannez notre code QR et entrez au coeur de l'actualité avec notre toute nouvelle application !



## Interview



Photo © collège de Delémont

## Actualité

### De plus en plus sévères sur les appareils numériques

Depuis le 1er février, une nouvelle directive du canton interdit les appareils numériques à l'école obligatoire. Les élèves pourront amener leurs téléphones, mais seulement en les rangeant éteints dans leur casier. Les sanctions seront également plus sévères. **Page 2**



Photo prise par San Ji Nydegger

## Enquête Combien de temps les jeunes

### de 11 à 16 ans passent-ils sur les écrans?

Aujourd'hui, les adolescents passent la plupart de leur temps sur leur téléphone, ordinateur, console. Cela représente en moyenne 2 à 5 heures par jour. Même si les écrans sont très utiles pour avoir des informations, se divertir et apprendre, passer trop de temps sur les écrans peut avoir des effets négatifs, comme la fatigue, le manque de sommeil ou moins d'activité physique. C'est pour cela que qu'il est important de passer du temps en famille, de faire du sport et des activités avec ses amis. **Page 5**

Steve Greppin, un enseignant de sport du collège de Delémont, nous livre une interview exclusive sur les jeunes et leur temps libre.

**Page 4**

## Etude

**D'après une étude, le manque de sommeil chez les jeunes devient de plus en plus problématique.**

Une experte du domaine nous explique en détails.

**Page 5**

## Témoignage

### Le sport chez les jeunes

Des élèves nous racontent leur vie sportive. Quels sont leurs hobbies?

**Page 3**



Photo prise par Noé Liechti

## Rédacteurs:

Sanji Nydegger  
 Noé Liechti  
 Logan Leuenberger

Quotidien des jeunes



011 325 6647 8427 382 2987 4573

Scannez-moi!