

Semaine du :	au :
--------------	------

Journal des médias

ZEV Zenter fir exzessiivt Verhalen
a Verhalenssucht
www.zev.lu

Jour de la semaine	De ... heures	À ... heures	Quoi ? (Snapchat, Fortnite, Instagram, ...)	Heures Jeux/Réseaux sociaux	Heures Activités alternatives (Sport, amis, etc.)	Avec qui ?	Humeur				
							très mauvaise	mauvaise	ne sais pas	bonne	très bonne
Cette semaine, j'ai passé au total XX heures sur des jeux/réseaux sociaux .						Cette semaine, j'ai passé au total XX heures à des activités alternatives .					