

Léa et la télévision

Histoire réaliste • 9 ans et plus



Chapitre 1 : La petite fille et son écran

Léa est une petite fille de 10 ans qui adore passer son temps devant la télévision. Elle regarde tous les dessins animés qu'elle peut trouver, depuis les classiques de Walt Disney jusqu'aux séries animées modernes. Elle ne manque jamais une occasion de se blottir dans son canapé et de se laisser emporter par les aventures de ses personnages préférés.

Mais Léa se rend compte que sa passion pour la télévision la rend paresseuse. Elle ne veut plus jouer dehors avec ses amis ou faire des activités créatives. Elle préfère rester à l'intérieur et regarder des écrans toute la journée.

Un jour, Léa décide de parler à ses parents de ses inquiétudes. Elle leur explique qu'elle se sent seule et isolée, et qu'elle aimerait passer plus de temps à faire des choses avec eux.

Ses parents sont surpris de voir leur fille si préoccupée. Ils comprennent que la télévision peut être divertissante, mais qu'elle peut aussi avoir des effets négatifs sur la santé mentale et physique des enfants.

Chapitre 2 : Les activités en famille

Les parents de Léa décident de trouver des activités amusantes qui pourraient remplacer la télévision. Ils commencent par organiser des soirées jeux de société et Léa adore ça. Elle s'amuse avec ses parents et sa petite sœur, et découvre de nouveaux jeux chaque semaine.

Ils prévoient également des sorties en famille, comme des promenades en forêt, des visites de musées ou des pique-niques dans les parcs. Léa se rend compte qu'il y a tellement de choses à découvrir en dehors de sa télévision.

Chapitre 3 : Les amis de Léa

Léa décide de parler de sa nouvelle routine à ses amis. Elle leur explique que passer trop de temps devant les écrans n'est pas bon pour leur santé et qu'ils devraient essayer de trouver d'autres activités.

Certains de ses amis sont d'accord avec elle et sont heureux de passer plus de temps à l'extérieur. D'autres ne sont pas convaincus, mais Léa ne se laisse pas décourager. Elle continue à organiser des activités et à inviter ses amis à les rejoindre.

Chapitre 4 : La découverte de nouveaux centres d'intérêts

Au fur et à mesure que Léa passe moins de temps devant la télévision, elle découvre de nouveaux centres d'intérêts. Elle commence à s'intéresser à la musique et apprend à jouer du violoncelle. Elle se met également à la peinture et crée de magnifiques toiles pour décorer sa chambre.

Léa se rend compte qu'il y a tellement de choses à découvrir en dehors de la télévision. Elle se sent plus heureuse et plus épanouie.

Chapitre 5 : La vie de Léa aujourd'hui

Aujourd'hui, Léa passe toujours du temps devant la télévision, mais elle a trouvé un équilibre entre

ses écrans et ses autres centres d'intérêts. Elle joue toujours de la musique et peint des toiles, mais elle ne manque jamais une occasion de passer du temps avec ses amis.

Elle se sent plus heureuse et plus confiante qu'avant, et sa santé physique et mentale s'est améliorée. Elle est reconnaissante envers ses parents de l'avoir aidée à trouver un équilibre sain dans sa vie.

Le quizz : as-tu bien compris l'histoire ?

1) Quelle est la passion de Léa ?

- a) Jouer dehors avec ses amis
- b) Regarder des écrans toute la journée
- c) Faire des activités créatives
- d) Aller au cinéma

2) Pourquoi Léa se sent-elle isolée ?

- a) Parce qu'elle n'a pas d'amis
- b) Parce qu'elle ne fait jamais d'activités en famille
- c) Parce qu'elle passe trop de temps devant la télévision
- d) Parce qu'elle est trop timide

3) Que font les parents de Léa pour l'aider ?

- a) Ils la laissent faire ce qu'elle veut
- b) Ils l'obligent à sortir dehors
- c) Ils organisent des activités en famille
- d) Ils laissent ses amis venir chez elle pour regarder la télévision

4) Que découvre Léa en passant moins de temps devant la télévision ?

- a) Qu'elle n'aime pas la musique
- b) Qu'elle préfère rester à l'intérieur
- c) Qu'elle adore la peinture
- d) Qu'elle n'aime pas ses amis

5) Comment Léa se sent-elle à la fin de l'histoire ?

- a) Triste
- b) Malheureuse
- c) Heureuse et épanouie
- d) En colère

Bonnes réponses :

1) b) Regarder des écrans toute la journée 2) c) Parce qu'elle passe trop de temps devant la télévision 3) c) Ils organisent des activités en famille 4) c) Qu'elle adore la peinture 5) c) Heureuse et épanouie

Glossaire : les mots compliqués de l'histoire

Paresseuse: Qui n'a pas envie de faire des activités

Divertissante: Amusante, qui fait passer le temps agréablement

Effets négatifs: Conséquences mauvaises

Physique: Qui concerne le corps

Routine: Habitudes, choses qu'on fait régulièrement

épanouie: Heureuse, qui se sent bien dans sa vie

Reconnaissante: Qui éprouve de la gratitude, de la reconnaissance