

Le défi « 10 jours sans écrans » bien accueilli par les élèves à Valembray



Les élèves de Valembray ont réalisé une banderole « 10 jours sans écran ». Ouest-France

Pour la première fois, les écoles de Valembay (Calvados) participent au « Défi 10 jours sans écrans ». Du 14 au 23 mai 2024, les enfants. Parents et enfants changent leurs habitudes.

A Valembay (Calvados), 120 élèves répartis dans cinq classes à Airan et à Billy, communes déléguées, participent au défi 10 jours sans écrans. « Cette collaboration active entre l'école et les familles fait après un constat inquiétant sur l'exposition aux écrans qui pose des problèmes de comportement et d'apprentissage des enfants », souligne Céline Lepigouchet, enseignante.



Ce défi consiste à se déconnecter des écrans de loisirs (télé, jeux vidéos, consoles, tablettes et smartphones) du 14 au 23 mai 2024. « La majorité des enfants passe plus de temps devant les écrans qu'en classe, au détriment de leur santé, de leur bien-être et de leur développement. »

«Lire aussi :» [Puzzle, radio, cabine téléphonique... J'ai passé une semaine sans mon smartphone \(et sans aucun écran\)](#).

«1 temps sans écrans vaut 1 point»

Tous les élèves ont reçu un carnet de bord dans lequel ils pourront noter les points gagnés : 1 temps sans écrans vaut 1 point. « C'est un défi collectif qui porte sur le volontariat – quasiment toutes les familles ont répondu positivement – où chacun doit faire preuve d'honnêteté. »

Des familles ont déjà apprécié : « Nous sommes plutôt contents de le faire à la maison. » « J'ai aimé jouer avec mes parents à un jeu. » « Je n'ai plus les yeux qui me piquent ». « C'est super facile : je joue dehors avec mes voisins... ». Un enfant a noté : « C'est dur de ne pas avoir de télé le mercredi » et un autre : « J'ai regardé un seul dessin animé, au lieu de deux ».

Durant ces dix jours, des échanges au sein des classes sont menés autour du sommeil, de la violence dans les médias, des bienfaits de la lecture, des jeux de société, d'activités nature... Une soirée débat est envisagée après ce défi.