

170 familles impliquées aux « 5 jours sans écran »

Bilan positif des « 5 jours sans écran » avec la participation de 170 familles pour le pôle Bodereau à Falaise. Une opération qui sera sans nul doute renouvelée.

Jeudi dernier en fin d'après-midi, à Falaise, la cour de l'école Bodereau était animée par les cris de nombreux enfants venus avec leurs parents pour participer à la clôture de l'opération « 5 jours sans écran » qui s'est déroulée du 11 au 15 mai. Il était alors possible pour les enfants et parents d'acheter des livres, participer à des jeux de société, faire des parcours de motricité pour les plus jeunes, jouer à des jeux de ballons avec des animateurs sportifs de la ville.

Il était encore possible de prendre un goûter avec les gâteaux proposés par l'association des parents d'élèves, découvrir les photos des activités proposées au cours de la semaine au sein de l'école et profiter d'un batucada (percussions traditionnelles du Brésil) avec le professeur de musique Lucas Girard

et les élèves de CP, CE1 et CE2, suivi d'un concert des élèves de l'école de musique.

Un nouveau jeu de cartes

C'était l'occasion pour les responsables de la Mutualité Française de dévoiler leur nouveau jeu de cartes « Maître du temps », pensé pour les enfants de 6 à 12 ans (jeu téléchargeable gratuitement sur leur site). « Pour aider et accompagner les familles dans un meilleur usage des écrans et le temps à lui consacrer suivant les âges des enfants », explique Gaëlle Pointre, responsable prévention.

Le but est de noter chaque jour le temps passé devant un écran pour gérer eux-mêmes ce temps d'écran grâce à un système de bons à utiliser au fil de la semaine. Une gestion

du temps d'écran sans cris, ni conflits. Sachant qu'il est conseillé 30 minutes par jour pour les 6-8 ans, 1 heure pour les 8-10 ans.

Un projet porté par la Ville

Télévision, tablette, smartphone, console... Dans de nombreuses familles, les écrans font désormais partie du quotidien. Combien de fois, ces paroles ont été entendues de part et d'autre, générant des tensions : « combien de temps devant la télé ? », « pas de portable à table ! », ou encore « une dernière partie et j'arrête... » D'où l'idée de l'opération « 5 jours sans écran ».

« Elle vient du Conseil local de sécurité et de prévention de la délinquance (CLSPD) qui a vite perçu que la surexpo-



Sans écran, de nombreuses activités sont alternatives, comme les jeux de société...

sition aux écrans posait un certain nombre de troubles, dont la relation à l'autre et de santé », rappelle le maire, Hervé Maunoury.

Clémence Sénau, directrice du Pôle Bodereau, était vivement intéressée par cette problématique. De ce fait, du 11 au 15 mai, parents et élèves ont été invités à trouver des alternatives aux écrans grâce à des activités organisées par l'établissement

scolaire, en partenariat avec la Ville. Entre lectures, débats, ateliers sportifs ou culturels, cuisine, jardin et autres.

Succès de l'opération, « les enfants ont vraiment joué le jeu et se sont lancés dans tous les défis proposés, tout comme leurs parents », se réjouit Clémence Sénau. Soit environ 170 familles de la maternelle à l'élémentaire. « La finalité est d'inscrire cette action

dans la durée », conclut le maire.

« Que ce que nous avons semé cette année germe et soit suivi par les autres générations. L'ambition est qu'il y ait de plus en plus de monde qui s'intègre dans cette action. » Une opération que tous souhaitent renouveler, mais peut-être sous un autre thème autour de la santé ou l'alimentation...



ou les parcours de motricité...



ou les jeux de ballons...



A l'occasion des 5 jours sans écran, un jeu a été conçu pour aider les familles.

Mémento

Rédaction: • 3, rue Trinité - 14700 Falaise
• Tél. 02 31 90 01 40 • Mail : les-nouvelles-de-falaise@publihebdo.fr
• Publicité : 02 33 36 88 00.

Service de garde Médecin: appeler le 15 - Pharmacie: appeler le 3237

Urgences

Pompiers: le 18 sur téléphone fixe, le 112 sur portable
Police municipale: 02 31 41 61 62; du lundi au vendredi de 13 h 30 à 14 h 30
Gendarmerie: 02 31 41 65 50; 1, rue de la Rosée

LA VIE RELIGIEUSE

Messes à Falaise, Pays de Falaise et Cingal Suisse normande

- **JEUDI 22 MAI.** 10 h 30, chapelle de la résidence Garvin. 17 heures, Falaise chapelle du centre paroissial (adoration eucharistique). 18 heures, Falaise chapelle du centre paroissial (messe de semaine).
- **VENDREDI 23 MAI.** 9 heures, Falaise oratoire du presbytère (messe de semaine).
- **SAMEDI 24 MAI.** 17 heures, Falaise église Saint-Gervais (fête du doyenné).
- **DIMANCHE 25 MAI.** 9 h

30, Potigny chapelle polonaise (messe dominicale en polonais). 10 h 30, Potigny chapelle Sainte-Barbe. 10 h 30, Bretteville-sur-Laize (messe dominicale). 10 h 30, Falaise église de la Trinité (messe dominicale).

- **LUNDI 26 MAI.** 14 h 15, OUILLY-le-Tesson (prière du chapel de la Divine Miséricorde).
- **MARDI 27 MAI.** 18 heures, Falaise chapelle du centre paroissial (messe de semaine).
- **MERCREDI 28 MAI.** 18 heures, Falaise chapelle du centre paroissial (messe de semaine).

« Le sans écran nous a permis d'avoir plus de temps en famille »

Lors du bilan de l'opération « 5 jours sans écran », les parents ont avoué avoir passé plus de temps avec leurs enfants autour d'activités ou à travers des discussions.

Alix, 9 ans, en CM1 à l'école Bodereau, a une console de jeux chez elle mais assure ne pas l'avoir utilisée la semaine dernière. « À la place, j'ai joué dehors avec mes copines, j'ai fait des activités manuelles et du jardinage en famille. »



Samuel et son père Romain.

La jeune fille certifie que « non, ça ne m'a pas manqué ! » Son père Pierre ajoute avec humour. « Comme vous voyez, Alix n'est pas traumatisée par cette expérience. Je pense que nous avons une utilisation raisonnée des écrans à la maison.

Donc, cela n'a pas été trop difficile de faire un pas en plus pour supprimer les temps d'écran et de télévision totalement pendant 5 jours. C'est plutôt même intéressant de remettre la discussion au sein du foyer, de réfléchir au



Alix et son père Pierre.

temps que l'on passe en famille et de ce qu'on en fait. »

La console 2 fois 30 minutes le week-end

De son côté, Samuel, 8 ans, en CE2, utilise parfois les consoles de jeux de son père. Il avoue avoir « été autorisé une fois à regarder un dessin animé pendant que papa était parti chez le vétérinaire »,

mais sinon ça n'a pas été trop dur de ne pas s'en servir. Il dit être allé jouer en extérieur ou dans sa chambre, parfois à des jeux de société, à lu des BD et des mangas.

Son père Romain précise qu'habituellement, son fils n'est autorisé à jouer sur console que « deux fois 30 minutes le week-end ». Ce ne sera pas de problème pour eux de renouveler l'expérience.