

panorapresse.ouest-france.fr

« Je tiens bon ! » : à Caudebec-lès-Elbeuf, les élèves relèvent le défi des journées sans écran

3-4 minutes



Du 18 au 25 mai 2026, les élèves de l'école Victor-Hugo et leur famille ont relevé le défi. | Paris Normandie

À [Caudebec-lès-Elbeuf](#), quatre écoles primaires participent au défi « 10 jours sans écran », incitant élèves et familles à réduire l'usage du numérique grâce à des activités alternatives. Reportage à l'école Victor-Hugo où « 95 % des familles jouent le jeu ».

Ce jeudi 21 mai 2026, en milieu d'après-midi, les élèves des six classes de l'école Victor-Hugo s'ébattent dans la cour de récréation. Les manteaux sont restés au vestiaire et les joues sont rouges sous l'effet d'un soleil revenu.

« Je tiens bon et c'est plutôt facile, répond Noa, 10 ans, lorsqu'on lui demande si se passer d'écran pendant une semaine est difficile. Je joue aux cartes avec maman au lieu de regarder la télé. »

« J'essaierai de continuer »

Djibril, 10 ans, ne semble pas non plus frustré. « J'ai l'habitude de jouer dehors et je fais des jeux de société avec ma sœur, mon frère et mes parents. » Roxane, 9 ans, trouve même que c'est « facile. Je regarde très peu la télé, juste quand il pleut. »

En revanche, Maëlys, 8 ans et demi, ressent plus cruellement le manque. « D'habitude, je regarde la télé le matin quand maman dort. Les mardis et vendredis soir, je joue à Minecraft ou Roblox de 20 h à 23 h. Depuis le début de la semaine, je tiens le coup. Je dessine ou je lis. J'essaierai de continuer. »

« On constate le changement de comportement de certains enfants ; ils sont plus calmes et attentifs

en classe. »

Faire prendre conscience aux enfants et aux parents de l'impact des écrans sur leur quotidien et les inciter à un usage raisonné est l'objectif de l'opération nationale « 10 jours sans écran ».

Défis matin et soir

« Cette première année, nous relevons le défi sur une semaine mais l'an prochain ce sera sur dix jours, annonce la directrice de Victor-Hugo, Katy Nedelec. Les élèves ont deux défis par jour à faire valider par leurs parents : ne pas allumer d'écran le matin avant de venir à l'école et les éteindre le soir à partir de 18 h. Chaque défi relevé vaut un point. Nous ferons les comptes à la fin de la semaine et il y aura un classement. Cela motive ! »

Participer à la préparation du repas du soir, aller faire une promenade, lancer un jeu de société ou de construction... font partie des idées données par les enseignants pour occuper le temps habituellement consacré aux écrans.

Activités partagées

« Ils découvrent ou redécouvrent le plaisir de partager des activités et on avait pensé leur demander des photos avant de réaliser que ça demandait l'utilisation d'un téléphone, sourit la directrice. Les familles, pour 95 % d'entre elles, jouent le jeu. On constate le changement de comportement de certains enfants ; ils sont plus calmes et attentifs en classe. »

Selon l'enseignante, « les trois quarts des enfants de ma classe, à 6 ans, ont déjà un téléphone portable ou un téléviseur dans leur chambre. Il faut leur donner envie de lire, de s'occuper autrement. Le numérique a sa place dans leur vie mais il ne faut pas en abuser sinon on court à la catastrophe. »

D'ici fin mai, les écoles élémentaires Pierre-Largesse, Prével et [Saint-Exupéry](#) relèveront aussi le défi.