

## Semaine sans écran : on relève le défi !

Organisée dans les écoles Charlemagne et Barbara, la semaine sans écrans sera ponctuée du week-end « Cap ou pas cap », les 21 et 22 mai au parc Honoré de Balzac.



C'est en partant des risques importants qui peuvent être associés aux usages numériques excessifs que Thibaut Guttierrez, instituteur, a lancé cette association. « *J'ai remarqué des effets sur la concentration et le sommeil. Sur une dizaine d'années, on voit bien l'appauvrissement du vocabulaire et la baisse du niveau de lecture des enfants* ». Le problème ne réside pas seulement dans le temps que les enfants passent sur les écrans, mais également du contenu qu'ils consomment et à quel moment de la journée.

L'association Cap ou pas cap ne fait pas que constater, mais propose des alternatives. Le 21 et 22 mai, au parc Honoré de Balzac, se tiendra le week-end Cap ou pas cap. Un évènement qui a pour objectif de sensibiliser les parents à la surexposition aux écrans, faire découvrir des alternatives et créer du lien parent-enfant. Par équipe, les enfants et leurs parents auront plus de 10 défis à relever, grâce aux associations locales partenaires et aux services municipaux associés : un défi jeux de société avec la ludothèque, un défi histoire avec « Villeparisis et son passé », un défi précision avec l'USMV tir à l'arc, un parcours d'orientation avec Les Citadines etc. **Alors, cap ou pas cap ?**

Liens utiles

[Écrans: quelles règles de bon usage pour les enfants ? \(Source Vidal\)](#)

[Les enfants et les écrans : les conseils de l'ARCOM](#)

Contact

Association Cap ou pas cap 06 20 07 65 98