

DÉFI

# LA SEMAINE SANS (TROP) D'ÉCRANS

DU 19 AU 25 MAI 2025

EXPLORONS  
LE MONDE  
DIFFÉREMMENT !

ACTIVITÉS GRATUITES

Mairie de Mauguio Carnon • Direction Sport Éducation  
[affairescolaires@mauguio-carnon.com](mailto:affairescolaires@mauguio-carnon.com) / 04 67 29 05 29



Les professionnels de l'enfance ont constaté depuis quelques années un changement significatif au niveau des comportements des élèves ainsi qu'aux niveaux des apprentissages : troubles de l'attention, troubles de l'humeur (colères, pleurs, crises), troubles du comportement (opposition massive, agressivité, impulsivité).

C'est pourquoi la ville et ses associations se mobilisent et invitent les enfants de 3 à 11 ans à relever le défi d'une semaine sans (trop) d'écrans.



**MOINS D'ÉCRANS ET PLUS DE TEMPS POUR PARTICIPER AUX ACTIVITÉS PROPOSÉES !**

## PLANNING DES ACTIVITÉS



**DU 19 AU 23 MAI**

**GALERIE D'ART PRÉVERT**

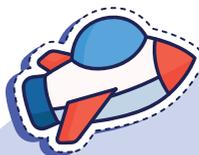
• **9H-12H & 13H30-17H** : EXPOSITION APRÈS L'ORAGE  
*De l'artiste Aude Brouiller*



**MARDI 20 MAI**

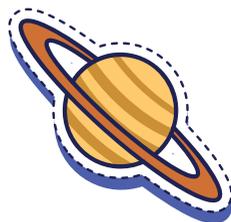
**MÉDIATHÈQUE DE L'ANCRE**

• **16H30-17H30** : VENEZ JOUER EN FIN DE JOURNÉE !





**MERCREDI 21 MAI**



### MÉDIATHÈQUE GASTON BAISETTE

• **10H30 : RENDEZ-VOUS DES LOULOUS**

*Lecture des livres de l'autrice Ghislaine Herbéra*

• **15H : VISITE DE L'EXPOSITION DE GHISLAINE HERBÉRA**

• **TOUTE LA JOURNÉE : JEUX POUR TOUS !**

*Jeux de société et jeux de plateau*

### MÉDIATHÈQUE DE L'ANCRE

• **14H-17H : L'ATELIER DE MAGALI**

*Création de boucles d'oreilles à partir de livres usagés*

**Inscriptions :** [bibliocarnon@mauguio-carnon.com](mailto:bibliocarnon@mauguio-carnon.com)

04 67 68 00 28

### MJC DE MAUGUIO

• **10H-12H : CRÉATION D'UN TOTEM DE FAMILLE**

*Découpage-collage, création d'une fresque collective*

**Inscriptions :** [mjccarnon@gmail.com](mailto:mjccarnon@gmail.com) / 06 40 05 01 03

• **14H30-16H30 : EN MAI...FLEURS ET INSECTES !**

*Créations en origami (livres, fleurs et insectes)*

**Inscriptions :** [diradj.mjcmauguio-carnon@gmail.com](mailto:diradj.mjcmauguio-carnon@gmail.com)

07 82 68 44 13



### MJC DE CARNON

• **11H-15H : DÉCOUVERTE DE L'ÉTANG DE PÉROLS**

*Départ en minibus de l'Annexe de Carnon*

**Inscriptions :** [evs.mjc.carnon@gmail.com](mailto:evs.mjc.carnon@gmail.com) / 06 56 70 84 83

• **17H30-19H30 : ATELIER CUISINE DES ILES**

**Inscriptions :** [evs.mjc.carnon@gmail.com](mailto:evs.mjc.carnon@gmail.com) / 06 56 70 84 83

### ÉCOLE DE MUSIQUE

• **10H15 : ÉVEIL MUSICAL**

*Découverte de la musicalité, des sons et des rythmes*

**Inscriptions :** [emmauguio34@gmail.com](mailto:emmauguio34@gmail.com)

### CHÂTEAU DES COMTES DE MELGUEIL

• **9H-12H & 13H30-17H : LES P'TITS EXPLORATEURS**

*Découvrez le Château grâce au livret jeux !*





**VENDREDI 23 MAI**



**SALLE PRÉVERT**  
**Avec Mauguio Enfant D'Abord**

• **17H30-19H30 : L'ATELIER DES P'TITS CHEFS**

*Je compose, j'épluche, je compose, je déguste et je partage*

**Inscriptions :** <https://tinyurl.com/ptitchef>

• **17H30-19H30 : CLUB MANGA**

**Avec la médiathèque Gaston Baissette**

*Atelier de dessin avec Rigol Man Draw et Bolonaise*

*Échanges, coups de cœur, suggestions avec Jennifer Lorente de la médiathèque Gaston Baissette*

**À partir de 11 ans**

• **19H30-21H : APÉRO QUIZZ PARENTS-ENFANTS**

*Gestion des écrans : les bonnes pratiques*

**Informations :** [www.mauguioenfantdabord.com](http://www.mauguioenfantdabord.com) ou 06 51 05 19 26



**SAMEDI 24 MAI**

**PARC PAYSAGER**

• **10H-18H : FÊTE DE LA NATURE**

*Découvertes, ateliers, jeux... une journée ludique et engagée pour devenir de véritables experts de la vie en harmonie avec la nature !*



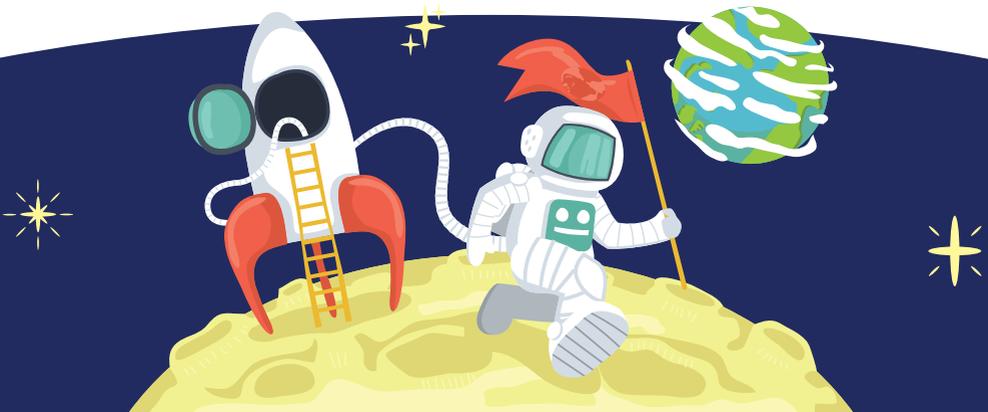
**DIMANCHE 25 MAI**

**BASE FLUVIALE DE CARNON**

• **10H-14H : CANAL EN FÊTE**

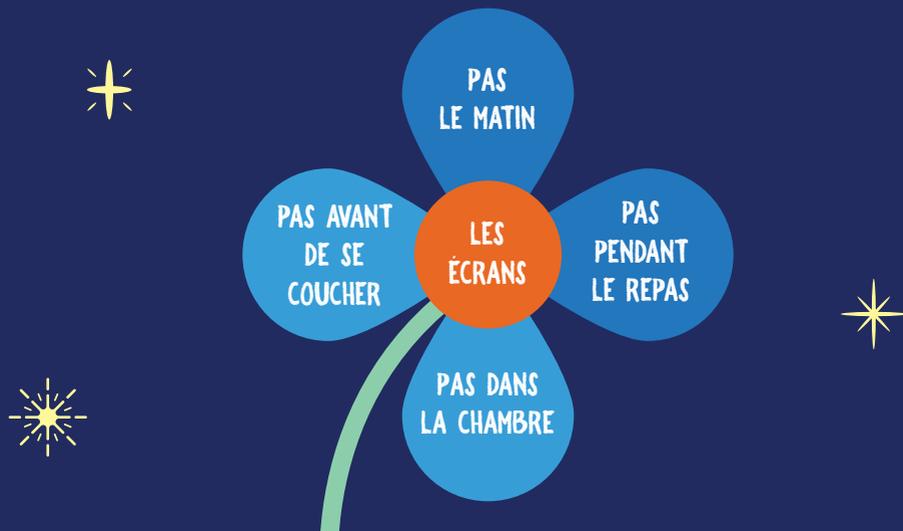
*Partez à la découverte du canal du Rhône à Sète !*

**Inscriptions :** 04 67 50 51 15



# COMMENT BIEN MAÎTRISER LES ÉCRANS

## 4 TEMPS SANS ÉCRAN = 4 PAS POUR MIEUX AVANCER



### METTRE L'ACCENT SUR LE CONTENU DU TEMPS D'ÉCRAN

**Au delà de la durée du temps d'écran, ce qui importe le plus aujourd'hui c'est la manière dont celui-ci est utilisé.**

- L'exposition des enfants à des contenus violents à l'écran est associée à une augmentation des comportements antisociaux et violents chez les garçons à l'adolescence, prévient une nouvelle étude.
- Prenons le cas d'un enfant de 5 ans : il sera bien meilleur pour son cerveau en plein développement de regarder une histoire de 30 minutes sur un écran, dans le salon, pendant que ses parents préparent le dîner dans la cuisine, plutôt que de le laisser regarder des dizaines de vidéos courtes sur YouTube, pendant 30 minutes seul dans sa chambre.

Source : Katie Davis, *Technology's Child: Digital Media's Role in the Ages and Stages of Growing Up*

### CONSEILS POUR UNE VIE NUMÉRIQUE ÉQUILIBRÉE

- Envisagez de fixer des moments de la journée ou des situations, durant lesquels l'accès aux écrans est interdit afin de trouver un bon équilibre qui conviendra à tout le monde.
- Il est recommandé de retarder le plus longtemps possible l'accès des enfants à des produits technologiques gérés par des algorithmes, tels que les réseaux sociaux, les YouTube Shorts, ou TikTok par exemple afin de favoriser le bon développement de leur cerveau.

Source : Étude associant les écrans et les tendances violentes des adolescents - la Presse