



Le plaisir de tous. Mébarka a ensuite lu une histoire pour

Sensibiliser à la place des écrans dans la vie des familles et promouvoir la santé, tels ont été les objectifs de l'événement "Balance ton écran", organisé par le Centre intercommunal d'action sociale du Pays voironnais. Des établissements scolaires ont été sollicités afin d'accueillir des temps de discussion et de jeux, des ateliers d'échanges avec des spécialistes, des spectacles, défis, expositions et autres ateliers jeux.

Laura et Nathalie, deux orthophonistes, sont intervenues dans les classes mais également à la médiathèque vendredi soir pour l'une d'entre elles.

Une discussion à bâtons rompus s'est mise en place, et chaque participant a pris la parole.

## Pas le matin avant l'école

Il en ressort quelques idées: «pas d'écrans le matin, car l'attention des enfants s'épuise au bout de 15 minutes alors qu'ils partent à l'école et ont besoin de cette attention pour les apprentissages scolaires ;

pas d'écrans durant les repas, le mieux, c'est la discussion et l'échange autour d'une table ;

pas d'écrans avant de s'endormir, car il diffuse une lumière bleue qui inhibe la

mélatonine empêchant l'enfant de s'endormir; et encore pas d'écrans dans la chambre d'un enfant, car le contrôle n'est pas possible.»

Il est aussi nécessaire selon les spécialistes, de respecter les limitations d'âge. Les enfants ont trop souvent accès à des jeux violents, ou des images inadaptées qui peuvent les traumatiser.

Mébarka et Béatrice de la médiathèque ont animé le débat vendredi soir à la salle Louis-Jouvet, et ont précisé qu'il était possible de poursuivre cette discussion si les familles en éprouvent le besoin à un moment ou à un autre.

## Opération "Balance ton écran" : des parents motivés

**Mercredi matin, à l'école maternelle Paul-Eluard, des parents étaient invités à participer à l'opération "Balance ton écran" lancée par le centre intercommunal d'action sociale du Pays voironnais.**

Ils sont restés en classe avec leurs enfants mais également en compagnie de Laura et de Natalie, deux orthophonistes. Sur les tables des jeux : pâte à modeler, jeux de construction, idéals pour stimuler le langage, favoriser la créativité de l'enfant, sa motricité, mais également créer une interaction entre les personnes, ce qui n'existe pas dans l'usage des jeux vidéo et autres ta-

blettes et télévisions désormais à la portée de tous.

« Il n'y a même pas besoin de posséder des boîtes de jeux sophistiqués et chers ! Parfois un simple pot de yaourt, ou un rouleau vide de papier absorbant suffisent pour passer un bon moment créatif », explique l'orthophoniste, « l'enfant a besoin de jouer pour grandir ».

Pendant 15 jours, de nombreuses animations à destination des parents et des enfants se dérouleront sur des communes du territoire : actions en milieu scolaire, ateliers d'échanges avec des spécialistes, spectacles, défis, expositions, jeux... Il y en aura pour tous les goûts



Les parents étaient à l'écoute mercredi, à l'école maternelle Paul-Eluard.

et tous les âges !

Ce vendredi 29 mars à 18 heures, à la médiathèque, temps d'échange au secteur

jeunesse en présence des orthophonistes ainsi qu'à la médiathèque, lors de la soirée Jeux en famille à 18h30.

Tout le programme sur [www.paysvoironnais.com](http://www.paysvoironnais.com)