

Le défi 10 jours pour voir autrement

10 jours sans écran

553 enfants se lancent le défi
de vivre sans écran du 10 au 19 mai



Encouragez-les en leur écrivant :
Élèves des écoles Fischart et Karine
Défi 10 jours sans écran
BP 40476 PRO - 67010 Strasbourg Cedex

« Défi 10 jours pour voir autrement » : projet animé par ECO-Conseil en collaboration avec les enseignants des écoles Fischart et Karine, les parents et les structures et associations des quartiers de la Meinau et Hautepierre.



ECO Conseil 
pour un développement durable

Serge HYGEN

Le défi 10 jours pour voir autrement

10 jours sans écran

2

PLAN

- **Pourquoi ?**
 - **Avec qui ?**
 - **Comment ?**
 - **Quels résultats ?**
 - **Quelles leçons ?**

Site internet : <http://www.ecoconseil.org/>

- **Association basée à Strasbourg**
- **Formation des éco-conseillers® depuis 1987 en partenariat avec l'INSA de Strasbourg**
- **Actions dans différents domaines :**

Accompagnement de jardins collectifs - Correspondant régional du réseau JTSE (le Jardin dans tous ses états)

Accompagnement de collèges en démarche d'agenda 21

Référent régional « imprim'vert® »

Accompagnement d'écoles dans la mise en œuvre de défis 10 jours

Les « ENJEUX »

Un être humain vit 81 ans...

il dort pendant... 27 ans

il étudie pendant... 3 ans

il travaille pendant... 8 ans

... reste 43 ans dont...

**12 à 15 ans passés
devant les écrans**

Les « ENJEUX »

Chez les enfants

20 à 30 h de télé par semaine

Sur 1 an : 860 h d'école 1500 h d'écrans

**Corrélations avérées entre temps passé
devant les écrans et :**

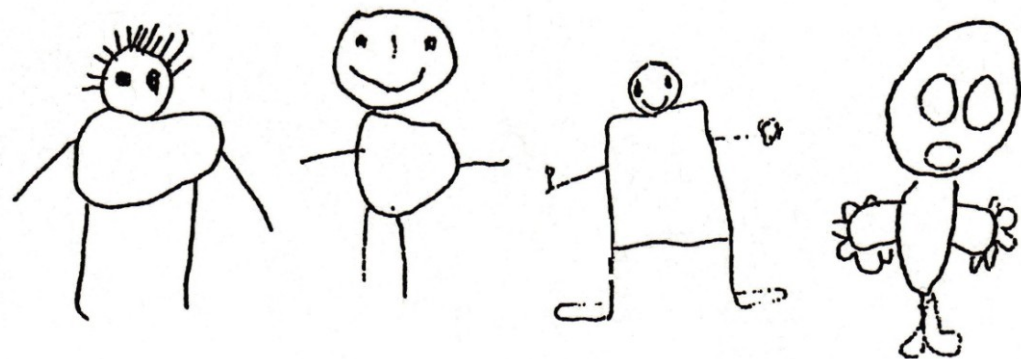
***difficultés scolaires, obésité,
troubles du comportement,***

Les « ENJEUX »



Dessins d'enfants
de 5 à 6 ans
moins d'1 heure de
télé / jour

Dessins d'enfants
de 5 à 6 ans
plus de 3 heures de
télé / jour



D'où l'idée du défi :

***proposer à l'ensemble des enfants
d'une école d'essayer, pendant 10
jours de ne plus – ou de moins –
passer de temps devant les écrans
(télé, ordinateur et jeux vidéo)***

***Projet mené au Québec depuis 2003
et adapté en France depuis 2008***

Les « acteurs » d'un défi

Les enseignants

Les parents

Les enfants

Les structures du quartier

Par rapport aux enseignants

- 1. Validation auprès du Directeur**
- 2. Présentation et validation auprès de des enseignants de l'école**
- 3. « Conférence pédagogique » de présentation du projet**
- 4. Assistance et mise à disposition d'outils**

Par rapport aux parents

- 1. Présentation en Conseil d'école pour validation**
- 2. Réunion de présentation, validation et mobilisation devant l'ensemble des parents**
- 3. Réunions de préparation des activités pour les 10 jours du défi**

Par rapport aux structures

- 1. Repérage de toutes les structures de proximité susceptibles de proposer des activités pendant le défi**
- 2. Prises de contact, présentation du défi et sollicitation des structures**
- 3. Réunions inter-structures de préparation des activités pour les 10 jours du défi**

Par rapport aux enfants

3 animations d'une heure dans chaque classe réalisées par ECO-Conseil

Animation 1 : 10 semaine avant le défi

Animation 2 : 6 semaines avant le défi

Animation 3 : 3 semaines avant le défi

Activités assurées par les enseignants en classe pendant les périodes entre les animations

Par rapport aux enfants

1^{ère} animation : échanges avec les enfants sur leur « relation » avec les écrans

**2^{ème} animation :
présentation du défi aux enfants :
Match de très haut niveau entre 2 équipes : l'équipe des enfants de l'école (XXX joueurs) et l'équipe des écrans (3 joueurs)**

Par rapport aux enfants

2^{ème} animation :

après présentation du défi

Réflexion individuelle et collective sur :

« qu'est ce que je vais bien pouvoir faire pour occuper mon temps pendant ces 10 jours ??? »

Liste des activités que je peux faire pendant les 10 jours du défi				
Nom de l'élève : _____		Classe : _____		
à la maison	pour aider à la maison	dehors	activités sportives	autres activités

Par rapport aux enfants

3^{ème} animation :
sur la base des activités listées en
animation 2 →

Préparation d'un emploi du temps
pour les 10 jours...

Puis annonce de toutes les activités
qui seront proposées


Les 10 jours du défi

Réunion de « lancement » la veille du démarrage du défi



Les 10 jours du défi

Le comptage des points


École élémentaire Jean FISCHART

Grille pour compter tes points pendant les 10 jours du défi

Ton prénom et ton nom : _____ Ta classe : _____

Chaque case avec « 1 » permet de marquer un point si tu n'as pas utilisé un écran (télévision, ordinateur et console de jeux)

Colorie en vert les cases où tu as marqué 1 point. - Chaque matin fais le total des points de la veille et fais signer ta grille par tes parents.

	Matin		Midi	Après-midi		Repas du soir	Après le repas	Total	Signature Parents (validation du total)
Mardi 10 mai	1	ÉCOLE	1	ÉCOLE	1	1	1		
Mercredi 11 mai	1	1	1	1	1	1	1		
Judi 12 mai	1	ÉCOLE	1	ÉCOLE	1	1	1		
Vendredi 13 mai	1	ÉCOLE	1	ÉCOLE	1	1	1		
Samedi 14 mai	1	1	1	1	1	1	1		
Dimanche 15 mai	1	1	1	1	1	1	1		
Lundi 16 mai	1	ÉCOLE	1	ÉCOLE	1	1	1		
Mardi 17 juin	1	ÉCOLE	1	ÉCOLE	1	1	1		
Mercredi 18 mai	1	1	1	1	1	1	1		
Judi 19 mai	1	ÉCOLE	1	ÉCOLE	1	1	1		
Total des points marqués pendant les 10 jours =>									

Les 10 jours du défi

Pour suivre les points
marqués :
les thermomètres
(format A3)
complétés et affichés
chaque jour
dans chaque classe

jeudi 12 mai – 3^{ème} jour

100 POINTS ←

90

80

70

60

50 POINTS ←

40

30

20

10

Classe de _____

Le score du jour : _____

Les activités proposées

Par les parents

Par les structures du quartier

Par les enseignants

Surtout après la classe et les mercredis

***Entre 50 et 100 activités proposées
pour chaque écoles***

***Plus de 30 % des activités proposées
par les parents***



Résultats et évaluation

**5 écoles élémentaires et une école
maternelle ont relevé le défi
*2008 (1) – 2009 (2) – 2011 (3)***

Les « points » marqués par les enfants :

Entre 85 et 90 % des points en jeu

Résultats et évaluation

Enquête «parents» réalisée après le défi *Améliorations constatées 1 mois après*

- Lecture des enfants 55 %
- Devoirs des enfants 48 %
- Aide aux tâches ménagères 43 %
- Sommeil des enfants 49 %
- Relations avec l'école 28 %
- Relations entre parents 34 %

Défi utile ? : oui pour 95 % des parents

Résultats et évaluation

Enquête «enseignants» réalisée après le défi

Améliorations constatées 1 mois après

- Humeur de la classe 60 %
- Qualité des devoirs 50 %
- Relations avec parents 50 %

Défi utile ? : oui : 100 %

Résultats et évaluation

Enquêtes «enfants» réalisées par les enfants

- As tu triché ? < 10 %
- As-tu mieux dormi ? > 60 %
- As-tu mieux appris ? > 50 %

Refaire un Défi ? : oui # 50 %

Résultats et évaluation

Enquêtes sur 4 écoles en octobre 2011 Quels effets à moyen terme ???

Enquête auprès de 600 parents → 220 retours

D'après 56,8 % des parents : leur enfant passe moins de temps devant les écrans depuis le défi.

Pour 46,8 % des parents, le défi a eu d'autres effets : plus de lecture, plus de tps passer sur les devoirs

45,5 % des parents considèrent que le défi a eu des effets sur la vie de l'ensemble de la famille

Résultats et évaluation

Le point de vue d'un Directeur (octobre 2011)

6 mois après le défi

aucune difficulté pour constituer la liste des parents candidats au conseil d'école

Les relations avec la plupart des parents sont plus apaisées que l'an dernier

Les parents élus ont organisé une réunion pour proposer aux parents des adresses pour faire du sport et de la musique sur le quartier ,

Les raisons du succès ??

Projet autour d'une inquiétude partagée

Projet collectif offrant une place à chacun

Projet valorisant pour tous ses participants

Projet redonnant une vie au quartier

Projet recréant du lien social

Projet recréant du lien familial

Projet bénéficiant de soutiens financiers

En guise de conclusion

**1 école de Strasbourg
a relevé le défi en 2008...**

**32 écoles dans 10 régions
ont relevé le défi en 2011 !**

En savoir plus : <http://www.ecoconseil.org/decouvrir-nos-actions/sensibilisation-et-formation/le-defi-10-jours-sans-ecrans>

Nous contacter : contact@ecoconseil.org