



2021

ORTHEZ
Sainte-SuzanneCentre
Hospitalier
Orthez

Une série d'actions de sensibilisation, de prévention et d'accompagnement destinée aux enfants, aux adolescents, aux parents mais aussi aux professionnels.



Le projet « les écrans autrement, Orthez relève le défi ! » est né en 2019 de discussions avec des institutrices confrontées dans leurs classes à des difficultés liées au temps d'écran excessif des enfants ou à l'accès à des contenus violents ou inadaptés pour des enfants en primaire.

Médecin généraliste, je suis également confrontée dans ma pratique quotidienne à cette problématique : enfants fatigués avec des temps de sommeil raccourcis, troubles de la concentration, sédentarité, troubles visuels, troubles du développement et des apprentissages chez les plus jeunes et chez les adolescents, des problèmes de harcèlement sur les réseaux sociaux...

Je suis aussi une maman qui peut connaître des difficultés à réguler le temps passé devant les écrans !

Alors en tant qu'élue à la ville d'Orthez/Sainte-Suzanne, il m'a paru important que notre ville s'investisse pour aider les familles et les enfants à trouver des solutions.

Nous avons travaillé avec l'hôpital d'Orthez et l'institut de formation aux soins infirmiers pour construire un premier projet en 2019 « une semaine sans écran » : les retours des enfants et des familles ont été très positifs même si l'expérience n'a pas été facile !

Cette année, nous pouvons poursuivre cette action avec l'aide « des Chevaliers du web » qui auront préparé les enfants au défi.

Les écrans font partie de nos vies et nous sont indispensables, mais ne les laissons pas prendre le dessus !

Et tous ensemble, relevons le défi !

Alice Boubarne

Conseillère municipale
déléguée à la Santé

Partenaires : crèches, RAM, LAEP, écoles, collèges et lycées, professionnels de la santé et de l'éducation, structures jeunesse, associations, services de la ville, élus et parents d'élèves s'unissent pour l'éducation de nos enfants vers le bon usage du numérique.

QUAND ? Du 26 février au 4 juin 2021

LA TÉLÉ AVANT 3 ANS ?

Les besoins de l'enfant avant 3 ans :



Mettre en place ses



repères spatiaux, à travers toutes les interactions



avec l'environnement qui impliquent ses 5 sens : jouer,



toucher, jeter, manipuler des objets, les mettre à la



bouche, expérimenter...



Rien ne vaut les jouets traditionnels qui impliquent les 5 sens !

Construire ses repères temporels à travers les histoires qu'on lui raconte : installer les notions d'avant, pendant et après grâce aux livres...

Profitions des temps libres pour jouer avec lui !



La télé améliore-t-elle le vocabulaire de l'enfant ?

C'est une idée fausse de croire que le tout petit peut apprendre le langage en regardant la télévision, car c'est bien grâce aux repères spatio-temporels et aux interactions avec les personnes qui l'entourent que l'enfant entre dans le langage.

Rien n'est aussi riche qu'une interaction humaine !



MAÎTRISONS LES ÉCRANS

3 PAS DE TV AVANT 3 ANS

LE DÉCRET N° 2019-1231 DU 15 OCTOBRE 2019

LE DÉCRET N° 2019-1232 DU 15 OCTOBRE 2019

LE DÉCRET N° 2019-1233 DU 15 OCTOBRE 2019

LE DÉCRET N° 2019-1234 DU 15 OCTOBRE 2019

AVANT 3 ANS, LA MEILLEURE ÉMISSION, CELLE QU'IL CRÉE LUI-MÊME

FÉDÉRATION YAPAKA BE



CONSEILS SANTÉ

L'enfant doit peu à peu apprendre **à faire face à l'absence, au vide, à l'ennui**. Cela lui permettra plus tard de ne pas être dans une activité incessante, une forte demande de divertissements. Laissons-le s'ennuyer, puis entrer dans un nouveau jeu.

«Maman, je m'ennuie...»



? INFO OU INTOX ?



Utiliser les écrans pour calmer les enfants, une bonne idée ?

Pour les parents, il peut être attirant de proposer un écran à leur enfant pour le calmer lorsqu'il est surexcité. Le danger avec cette stratégie est que le tout-petit soit surstimulé par le contenu (effets spéciaux, son trop fort, montage rapide...).

De plus, si les écrans sont utilisés trop souvent pour le calmer, l'enfant n'apprend pas à se contrôler ou à réguler son humeur.

Il aura alors toujours besoin d'un écran pour gérer ses comportements et ses émotions. L'enfant doit apprendre à développer des stratégies pour se calmer, et non se fier aux écrans pour y parvenir.

Par ailleurs, l'utilisation des écrans pour calmer un enfant récompense un comportement difficile.

Mieux vaut donc ne pas en faire une habitude.

Source naitreetgrandir.com

RETOUR EN PHOTOS



« Ca peut nous permettre d'être moins sur les écrans et être plus en famille, avec ses amis ou son animal de compagnie, de sortir dehors. »
Chloé (CM2- Chaussée de Dax)



DATES à NOTER

✓ **MARDI 16 MARS DE 20H À 21H30**
LA STORY DE NOS ÉCRANS
like, partage et...parlons-en !

VISIOCONFERENCE destinée aux élèves de 3ème et 2nde / Gratuite
Informers, proposer des réponses aux questions sur les écrans et les réseaux sociaux, partager ses pratiques et expériences : « *Que deviennent nos dossiers (soirées, nues...)* ? »
« *Que faire en cas « d'affiche »* ? »
« *Comment distinguer une fake new ?* »
« *Comment mon compte a été piraté ?* »
Proposée par LOG.in Prévention

Inscriptions par mail :

jeunes.cscorthez@mailo.com - Nombre de connexions limitées.

Infos : Centre socioculturel : 0559693578 / Local Jeunes : 0559383582

✓ **COURANT DU MOIS DE MARS, À LA CRÈCHE**
TEMPS D'ÉCHANGE AVEC LES PARENTS

Posture parentale face aux écrans



✓ **DU 8 MARS AU 9 AVRIL**
LE CONCOURS EST LANCÉ !

les écoliers participeront à un concours d'affiches.

Résultats : le 4 juin à l'issue de l'exposition en mairie.



ALSH - Centre de loisirs

STOP MOTION

Les « jeunes pouss' » de l'ALSH ont réalisé un très court métrage en Stop Motion qu'ils ont présenté aux autres enfants : création du scénario, des personnages, des décors, des scènes à filmer...



INTERVENTION DES «CHEVALIERS DU WEB» À L'ÉCOLE DE LA CHAUSSÉE DE DAX