

Réalmont Les enfants se libèrent des écrans



« Nous estimons que deux tiers de nos élèves ne regardent plus la télévision le matin, avant de venir à l'école », témoigne Fabienne Vazzoler, directrice de l'école maternelle du groupe scolaire Jacques-Durand à la veille des vacances de Noël. « D'après leurs affirmations et celles de leurs parents », précise-t-elle. A l'appui, le passeport remis à chacun des 75 enfants. À la fin de chaque semaine, une gommette est collée en fonction de leur comportement, le matin. « Les enfants ont été encouragés à s'intéresser à d'autres activités, aux jeux de société tels qu'une imitation du « Memory », sur l'automne, qu'ils ont fabriquée en classe. » L'évaluation a duré sept semaines.

Le défi des 4 pas

C'est le premier défi qui en comprend quatre, d'où le nom de « défi des 4 pas ». Novembre et décembre 2020, pas d'écran le matin avant d'aller à l'école ; janvier et février 2021, pas dans la chambre ; mars et avril, pas le soir avant de se coucher ; mai et juin, pas pendant les repas. Ce plan destiné à se libérer des écrans a été conçu par Sabine Duflo, psychologue clinicienne à

Noisy-Le-Grand (93). Pendant un an, des professionnels de la santé et de l'éducation ont adapté le défi des 4 pas, qui se décline un peu différemment selon le niveau, maternelle, élémentaire ou collège. Le 9 octobre 2020, à Lombers, la maison de santé Pélissier de Réalmont, la Capla, Communication, action, prévention, langage, info, animée par des orthophonistes, l'Anpaa, Association nationale de prévention en addictologie et alcoolisme ont lancé le projet. Trente personnes inscrites ont pu assister à la réunion mais une centaine s'est connectée en visioconférence. Mille enfants de Graulhet et Centre Tarn, encadrés par 40 enseignants volontaires, se sont engagés à relever ce défi. Prochaine étape, pas dans la chambre.