

L'école élémentaire 40 bis, rue Manin

présente

# “LA SEMAINE SANS ÉCRAN”

Un défi lancé aux enfants de l'école : celui de passer une semaine sans écran (télé, ordi, jeux vidéo)  
du 3 au 10 juin

## POURQUOI ?

• Parce que nos enfants passent beaucoup de temps à ces jeux ou à regarder la télévision. • Parce qu'ils imitent ce qu'ils voient, sans toujours bien faire la différence entre réalité et fiction. • Parce que leurs jeux sont affectés par ce qu'ils voient, qu'ils sont souvent violents, trop violents. • Parce qu'il y a plein d'autres choses à faire, ensemble aussi : des jeux de société, des sorties, des pique-nique...

## QUE FAIRE A LA PLACE ?

• **Nous vivons à côté de la Villette, des Buttes Chaumont, qui sont des espaces merveilleux** : pourquoi n'en profiterions-nous pas tous ensemble, en organisant des jeux de foot, des pique-nique ou seulement des rencontres où les enfants joueraient et les parents papoteraient (à moins qu'ils ne veuillent jouer aussi) ?

Vous faites sans doute tout cela, seuls avec vos enfants, ou avec des amis, ou d'autres parents. Pourquoi ne pas le faire tous ensemble lors de cette semaine sans écran ? Et pourquoi ne pas en profiter pour changer nos habitudes, découvrir de nouvelles activités ?

• **Notre quartier est riche en associations** qui proposent toutes sortes d'animations, d'ateliers (danse, jeux collectifs, jeux manuels, etc.) ; **nous avons aussi des théâtres et des musées** à proximité.

## DANS UN ESPRIT DE FÊTE !

Profitons de cette semaine pour montrer à nos enfants qu'ils peuvent non seulement « survivre » sans écran mais, plus encore, bien s'amuser et découvrir autre chose. **Pour que cette semaine soit vraiment réussie, nous vous demandons d'aider vos enfants**, de les encourager à chaque fois qu'ils arrivent à ne pas regarder la télévision, à ne pas jouer à un jeu vidéo...

**Mais tout cela dans un esprit de fête et de défi, et non comme une obligation scolaire** à remplir ! Ils y arrivent, tant mieux, ils n'y arrivent pas, ce sera mieux le lendemain, ou la prochaine fois ! Cette semaine doit être agréable pour tous, et non pas vécue comme une privation, une contrainte insurmontable.

**Parions qu'ils y arriveront**

**mieux que nous le pensons, nous parents,  
et qu'ils sauront nous surprendre !**

**Voici une liste d'idées (à compléter...) pour aider votre enfant à occuper son temps sans écran**

## À LA MAISON

• organiser un goûter ou un dîner avec un ou plusieurs ami(e)s : à plusieurs, on s'amuse plus facilement sans écran, en s'inventant des histoires, en se déguisant, en jouant...

• jouer ou apprendre à jouer à des jeux de société (jeux de cartes, jeux de dés, échecs, dames, jeu de l'oie, bataille navale...) ou à des jeux individuels (solitaire, mots croisés, mots fléchés, sudoku, Rubik's cube...)

• lire et/ou raconter des histoires

• chanter ou faire apprendre des chansons

• écouter et faire écouter de la musique

• apprendre à faire la cuisine à vos enfants, les faire participer à la réalisation d'une recette (par exemple la pâte à crêpes, un gâteau au yaourt, éplucher des légumes...)

• faire dessiner ou peindre les enfants

• faire écrire une lettre à quelqu'un qu'ils aiment et qu'ils ne voient pas souvent...

## VOUS ETES ARTISTE OU ARTISAN ?

**Invitez quelques enfants, un soir après l'école ou un week-end, à :**

• découvrir votre atelier  
• assister à une répétition de musique, de danse, de théâtre...

## À L'EXTERIEUR

• un pique-nique  
• un match de foot  
• une sortie à vélo (par exemple le long du canal), à roller, à pied...

• un goûter  
• des jeux dans des jardins  
• une chasse au trésor  
• une sortie : théâtre, concert, musée, bibliothèque, exposition, ateliers, visite de jardin (voir liste derrière cette page)...

## VOUS AVEZ UN TALENT, UNE PASSION ?

**Faites-les découvrir à quelques enfants, un soir après l'école ou un week-end ! Montrez-leur comment...**

• coudre, faire du crochet, tricoter...

• organiser un tournoi de jeux (cartes, dés, bataille navale, etc.)

• cuisiner

• pratiquer un sport : rugby, foot (sur une pelouse de La Villette), ping-pong (il y a des tables le long du canal, en allant vers Stalingrad), danse, gymnastique, natation, vélo...

• faire de la musique, si vous avez des instruments  
• faire de la photo  
• faire du bricolage  
• faire de la relaxation, du théâtre, du chant, de la peinture, des collages...

## Activités gratuites

### Dans le 19<sup>e</sup>

- **JARDIN PARTAGÉ** « Charmante petite campagne urbaine » (rue de la Marne, près du canal de l'Ourcq) : **ateliers-découvertes** de 30 min le **samedi 6 juin** de 16 h 30 à 18 h 30. 6 enfants max par atelier et au moins 1 adulte accompagnateur. Inscription au tél. : 01 42 45 77 40 (Isabelle Charansol) ou mail : icharansol@yahoo.fr
- **BIBLIOTHÈQUE CRIMÉE** (42-44 rue Petit) : le **6 juin à 17 h** aura lieu un **spectacle** en hommage à Boris Vian, gratuit et ouvert à tous. **Un canapé avec lampes, étagères** seront **installés sur le trottoir du 4 au 6 juin** (Festival "Paris en toutes lettres").
- **CENTRE D'ANIMATION SOLIDARITÉ-ANGÈLE-MERCIER** (135, boulevard Serurier) : **ateliers contes** le **samedi 6 juin**. Rens. et inscription au tél. : 01 42 49 25 16 (Mathieu Vivier).
- **ASSOCIATION LE VENT SELÈVE** (181, av. Jean-Jaurès) : **ateliers pour enfants** (programme à venir : danse, photo ?) **les 6 et 7 juin**. Rens. et inscription au tél. : 01 77 17 40 39 (Jean-Pierre Chrétien-Goni).
- **JARDIN DES VENTS ET DES DUNES** (à La Villette) : **jeux de plein air pour enfants de 2 à 12 ans**, ouvert tous les jours de 10 h à 18 h.
- **JARDINS PASSAGERS** (derrière le jardin des Vents et des dunes, à La Villette : **jardin partagé, ruches, ateliers...**), ils sont en accès libre, les **samedis et dimanches de 15 h à 19 h**, de mail à septembre. **A 17 h, samedi et dimanche, promenade commentée.**
- **PAVILLON P. DELOUVRIER** (en face de la grande Halle, à La Villette), le bassin de la Villette fête ses 200 ans de mai à juillet : expo gratuite sur les 2 siècles du bassin. **6 et 7 juin, présentation de bateaux de légende.**
- **CONSERVATOIRE MUNICIPAL JACQUES-IBERT** (81, rue Armand-Carrel), **3 soirées en accès libre sur réservation** au tél. : 01 42 06 42 70. Le **mardi 2 juin à 20 h** : spectacle de danse et comédie musicale :

Cie Swingteam, "CrazyRythme, une histoire de jazz". Le **jeudi 4 juin à 20 h** : concert récital de piano. Le **mardi 9 juin à 20 h** : concert duo di Donne (harpe/flûte).

• **ASSOCIATION ATELLANES** (10 ter, rue de la Solidarité). **Mercredi 3 et jeudi 4 juin** après l'école, **ateliers théâtre**. Rens. et inscription au tél. : 06 87 15 91 24 (Marc Flavigny).

### Un peu plus loin

#### LES GRANDS MUSÉES DE PARIS

**sont gratuits pour tous les 1<sup>ers</sup> dimanches du mois, ce qui sera le cas du 7 juin. En voici quelques-uns.**

**75001 : MUSÉE DU LOUVRE** (M<sup>o</sup> Palais-Royal-Musée-du-Louvre ou Louvre-Rivoli).

**75003 : MUSÉE D'ART ET D'HISTOIRE DU JUDAÏSME**, 71, rue du Temple (M<sup>o</sup> Rambuteau, Hôtel-de-Ville, Châtelet, Les Halles).

**75004 : BEAUBOURG, CENTRE GEORGES- POMPIDOU**, 19, rue Beaubourg (M<sup>o</sup> Rambuteau, Hôtel-de-Ville, Châtelet, Les Halles).

**75007 : MUSÉE D'ORSAY**, 1, rue de la Légion-d'Honneur (M<sup>o</sup> Solferino, Rue-du-Bac, Assemblée-Nationale, RER C : Musée-d'Orsay).

**75012 : CITÉ NATIONALE DE L'HISTOIRE DE L'IMMIGRATION**, Palais de la Porte-Dorée, 293, avenue Daumesnil (M<sup>o</sup> Porte-Dorée).

**75016 : CITÉ DE L'ARCHITECTURE** (présentation du projet Grand Paris), 1, place du Trocadéro et du 11- Novembre (M<sup>o</sup> Trocadéro ou Iéna, RER : Champs-de-Mars-Tour-Eiffel).

### Et aussi...

**75004 : HÔTEL DE VILLE**, Salon d'accueil, 29, rue de Rivoli (M<sup>o</sup> Hôtel-de-Ville ou Châtelet). **Expo sur "Le Petit Nicolas"**, de Sempé et Goscinny. Ouvert tjlj **sauf dim. et fêtes, 10 h-19 h.**

**75004 : HÔTEL DE VILLE**, Salle Saint-Jean 5, rue de Lobau (M<sup>o</sup> Hôtel-de-Ville ou Châtelet). **Expo : "Gustave Eiffel, le magicien du fer"**. Ouvert tjlj **sauf dim. et fêtes, de 10 h à 19 h.**

**75007 : ESPLANADE DES INVALIDES** (M<sup>o</sup> Invalides). **Les 6 et 7 juin, fête du vélo** : stands, animations, ateliers...

**75018 : INSTITUT DES CULTURES D'ISLAM**, 19-23 rue Léon (M<sup>o</sup> Barbès-Rochechouard). **Samedi 6 juin à 14 h : atelier** "Autour de l'origine arabe de certains mots français" (Festival "Paris en toutes lettres"). **Dimanche 7 juin, 16 h : concert** Fanfaraï et DuOud !

### Activités payantes

#### Dans le 19<sup>e</sup>

• **THÉÂTRE DARIUS-MILHAUD** (80, allée Darius-Milhaud), qui propose une **pièce pour les enfants** (*Adélaïde ? Ici l'Europe !*) à **moitié prix** (4 euros au lieu de 8), **le dimanche 7 juin à 11 h**. Tél. : 01 42 01 92 26.

• **CITÉ DES SCIENCES** (30, avenue Corentin-Cariou), **expo Ombre et lumière**, 6 euros. Ouvert tjlj sauf le lundi.

• **CITÉ DE LA MUSIQUE** (221, av. Jean-Jaurès), **visites à thèmes du musée** (6 euros), ateliers, etc. Du mardi au samedi, 12 h-18 h, dimanche : 10 h-18 h.

• **CAFÉ ZOÏDE** (92 bis, quai de la Loire), **café pour enfants**, avec nombreux jeux (baby-foot, jeux de société, coin peinture...) Entrée (+ boisson ou plat) : 2 euros. Ouvert du mercredi au dimanche de 10 h à 19 h.

• **ASSOCIATION DÉBROUILLE & COMPAGNIE** (4 ter, rue de la Solidarité). Le mercredi après-midi, atelier enfants sur la récup' et transformation des déchets. Rens. et inscription au tél. : 01 73 77 48 70

### Un peu plus loin

**75015 : MUSÉE DE LA POSTE**, 34, bd Vaugirard (M<sup>o</sup> Montparnasse, Pasteur ou Falguière). Entrée : 5 euros, gratuit pour les moins de 26 ans.

**75005 : INSTITUT DU MONDE ARABE**, 1, rue des Fossés-Saint-Bernard, pl. Mohammed V (M<sup>o</sup> Jussieu, Cardinal-Lemoine, Sully-Morland). **Le samedi 6 juin à 15 h, concert** du groupe El Gafla, mélange de musique populaire algérienne, chaâbi, jazz manouche, chanson française et rythmes africains. Adultes : 8 euros, enfants : 5 euros.