



Projet départemental : 10 jours sans écrans

publié le 04/07/2024 - mis à jour le 28/04/2026

Descriptif :

Préparer les enfants et les adolescents à se servir des outils numériques sans se laisser asservir est un enjeu majeur d'éducation du 21ème siècle.



Préparer les enfants et les adolescents à se servir des outils numériques sans se laisser asservir est un enjeu majeur d'éducation du 21ème siècle. Le temps d'exposition aux écrans augmente d'année en année et ce projet veut donner des pistes pour reprendre le contrôle. Il consiste à proposer à l'ensemble des élèves d'une école de relever le défi de réduire son temps d'écran de loisir durant 10 jours. En contrepartie, les enfants sont invités à participer à des activités organisées par l'école, les parents, les associations ou les collectivités territoriales, sur les temps habituellement passés devant les écrans. En participant à ce challenge, on fait gagner des points à sa classe, son école, lorsque par exemple on se passe d'écran le matin avant d'aller à l'école.

Ressource d'accompagnement [↗](#)

- [Descriptif détaillé du projet "10 jours sans écrans" \(PDF de 445.9 ko\)](#)
- [Affiche Les 4 pas \(PDF de 187.3 ko\) de Sabine DUFLO](#)
- [Une bibliographie pour la maternelle \(PDF de 465.5 ko\)](#)

proposée par l'Académie de Limoges

[Une séance de langage en PS-MS \(PDF de 1.6 Mo\)](#)
proposée par l'académie de Limoges

[Une séance de langage en GS \(PDF de 2.5 Mo\)](#)
proposée par l'académie de Limoges

[Une bibliographie pour le cycle 3 \(PDF de 594 ko\)](#)

[Questionnaire enfant école élémentaire \(Word de 16.4 ko\)](#)
Format modifiable

[Projet 10 jours sans écrans - Bilan de l'édition 2025 \(PDF de 906.9 ko\)](#)

[Tableau de bord - grille - élémentaire \(PDF de 249.6 ko\)](#)

[Tableau de bord - livret - maternelle \(PDF de 11.6 Mo\)](#)

[Carnet de bord 4 pas \(PDF de 418.7 ko\)](#)