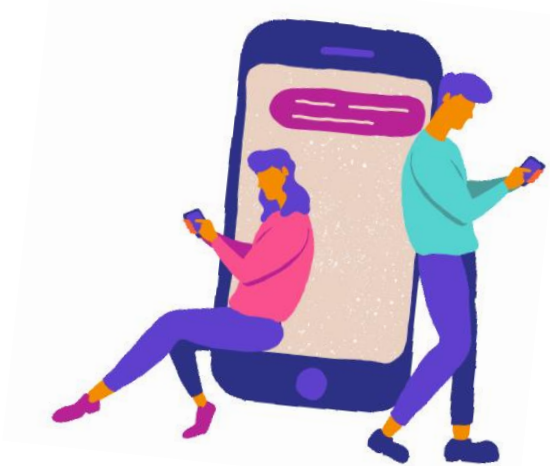
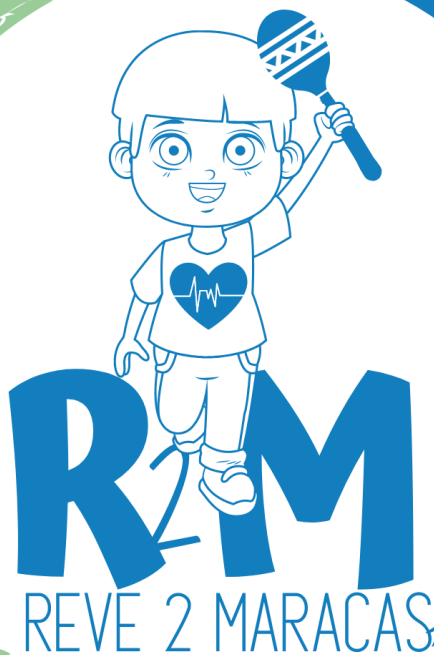


Temps fort

Rythmes de vie et écrans



*Enfants et écrans,
prenez la main !*

Prises de parole des officiels



Remerciements **A COMPLETER**



*Le directeur de l'école
Les professeurs de l'école
L'infirmière de santé scolaire
La Maison de Quartier
Les élus présents
Les financeurs : CUD, PNA
L'Education Nationale
La Municipalité
Le personnel périscolaire
...*



**Rallongeons l'
Espérance de
Vie de nos
Enfants**

**de 2 années
par une**

**Meilleure
Appréhension de leurs
Rythmes de vie, de l'
A
ctivité physique, de l'
Alimentation et du
Stress**

Le dernier temps-fort du programme Maracas



Après le spectacle de lancement
Le temps-fort sur l'activité physique
Le temps-fort sur les émotions
Le temps-fort sur l'alimentation

Dernière étape à venir :

L'Escape-Game Maracas, le.

*Les enfants parviendront-ils à s'échapper en 90 minutes
des cales du cargo où ils seront retenus prisonniers ?*

**Si oui, et s'ils ont leur passeport Maracas, ils recevront
le cadeau de fin de programme !**



A COMPLETER

Intervention de

**Psychologue
ou
Infirmière scolaire
ou...**

La suite de l'après-midi Et à partir de 14h



stands

- **Applis utiles** pour mieux utiliser les écrans *avec Caroline*
- **Pegi** : quels jeux vidéo pour quels âges? *avec Clothilde*
- **Les Z'amours parent-enfant** : les écrans à la maison *avec Kim*
- **Chronologie de ma journée** *avec Julien*

Et la **collation** au stand de la maison de quartier.

A la sortie, pour ceux qui sont restés, le petit cadeau défis pour chaque participant.

Les séances sur les écrans dans notre quotidien

- La place des écrans dans notre quotidien



- Les 4 Pas:



Que fait mon corps devant les écrans?



- Alternner les activités
- Faire des pauses
- Concentration
- Mémorisation
- Sommeil
- Posture
- Yeux
- Alimentation

- Sécurité sur les réseaux et internet:



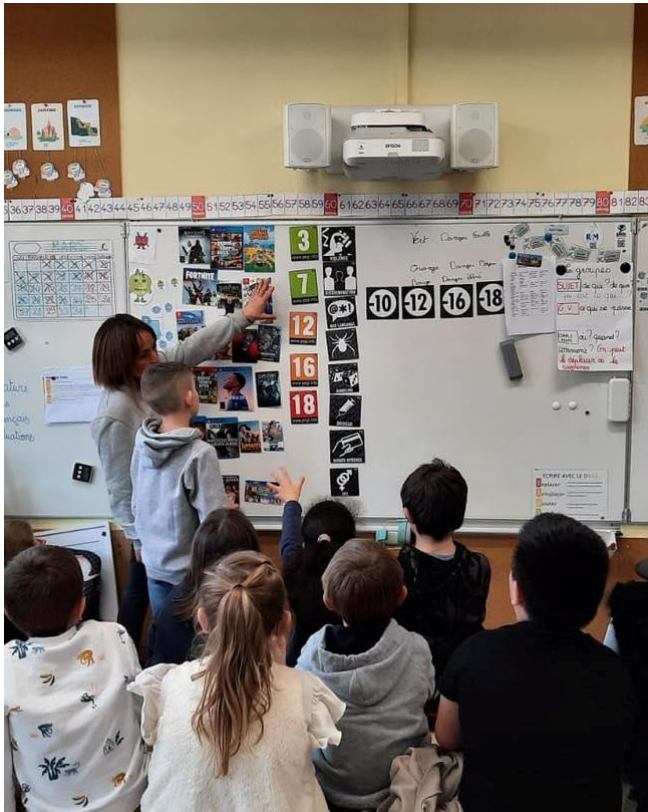
- Sécurisez vos comptes
- Jusqu'où je laisse voir de moi sur les réseaux?
- Ne dites pas tout
- Un mot de passe original
- Utilisez des pseudos
- Les demandes d'amis
- Ce qui est mis sur internet est permanent
- Les influenceurs

- Développer son esprit critique



- Tout n'est pas vrai sur le net
- Recontextualiser les informations
- Croiser les sources
- S'interroger sur le site, l'auteur ...
- L'angle de la photo, la date, le sujet, le montage ...

• Les PEGI



- Qu'est qu'un PEGI?
- A quoi servent il?
- J'apprécie plus le jeu quand il est adapté à mon âge.
- Rôle protecteur: gestion émotionnelle.

Emotions et stress

A vous : vos questions...



A suivre

**Viens faire tamponner
ton passeport Maracas**



***rappel : lors de l'Escape Game,
les enfants qui auront
assez de tampons
recevront le cadeau final
Maracas.***



Et reçois ton cadeau : le bocal à défis.

**Rallongeons l'
Espérance de
Vie de nos
Enfants**

**de 2 années
par une**

**Meilleure
Appréhension de leurs
Rythmes de vie, de l'
A
ctivité physique, de l'
Alimentation et du
Stress**

MERCI DE VOTRE ATTENTION

