

Une semaine pour repenser
sa relation aux écrans

LES ÉCRANS ET MOI



du **13** au **20**
mai 2024

Animations et activités
pour se déconnecter en famille
Sensibilisation et prévention
pour un usage responsable

Ville de
Janzé

“RELEVEZ LE DÉFI” D’UNE SEMAINE SANS ÉCRAN



Des activités pour se déconnecter

Dans les établissements scolaires et les accueils de loisirs

Semaine sans écran :
Défis activités hors écran

Du 13 au 20 mai

École Le Chat Perché
École du Sacré Cœur

Soirée jeux de société :

Mardi 14 mai | 17h-20h

École du Sacré Cœur

Journée à la Lande au Brun :

Mercredi 15 mai

Grand jeu et pique-nique en pleine nature / Karaoké participatif
ALSH Les Zouzous et Les Canailles

Actions de sensibilisation aux bons usages des écrans

Du 13 au 20 mai

Collège Saint-Joseph

Soirée d’activités pour les enfants et leurs parents

Mardi 14 mai | 17h30-19h

Jeux de société, sport, art plastiques
École La Marelle

Épreuves sportives en équipe :

Jeudi 16 mai | 13h30-16h30

Atelier de circuit training et plateforme interactive « Lu » - La MFR de Janzé

Contact : Laugan Archenoul / lauganarchenoul@mfr.asso.fr

À la Médiathèque



La tête dans les histoires
Lecture pour les 3-6 ans :

Mercredi 15 mai | 10h30 

Mercredi de la Mezzanine
Atelier « Sciences avec les LEGO® » avec Play-well :

Mercredi 15 mai | 14h30 et 16h30 

Atelier Bien-être parents-enfants
Fabrication d’un baume avec
« Effluves sauvages »

Samedi 18 mai | 10h30-12h30 

Initiation aux échecs

Vendredi 17 mai | 16h30-18h30

Animé par Anthony Cléran d’échecs et développement, à partir du CP

Soirée jeux de société :

Vendredi 17 mai | 19h

Animée par La Ludosaure

Contact : Médiathèque de Janzé

02 99 47 50 53

mediatheque.janze@rafcom.bzh

 Sur inscription

SENSIBILISATION

“MIEUX VIVRE AVEC LES ÉCRANS”



Atelier « Addictosphère » : pour les ados
Mercredi 15 mai | 17h-19h

📍 Salle du Chêne Jaune

Jeu de plateau éducatif sur l'abus des écrans chez les ados, animé par le Centre de soins d'accompagnement et de prévention aux addictions de Vitré.

Organisé par le PIJ pour les élèves du Collège Jean Monnet et de la MFR Janzé

Atelier « @social » : pour les ados
Mercredi 15 mai | 14h-16h

📍 Salle du Chêne Jaune

Jeu de plateau éducatif sur les usages des réseaux sociaux, animé par le service numérique du département d'Ille-et-Vilaine.

Organisé par le PIJ pour les élèves du Collège Jean Monnet et de la MFR Janzé

Karoké participatif intergénérationnel
Mercredi 15 mai | 14h30 📄

📍 Salle de la Lande au Brun

Animation pour tous les âges. Partagez un moment convivial pour chanter ensemble, se rencontrer, rire, s'amuser !

Contact : CCAS - Audrey Marchand 02 99 47 01 84
animation.seniors@janze.fr

Conférence/Goûter : Dompteur d'IA
Jeudi 16 mai | 16h-18h 📄

📍 La Fabrique (FabLab) - La Canopée

Apprendre à utiliser les intelligences artificielles pour ne plus en avoir peur.

Contact : La Fabrique Janzé - Antoine TABET
07 84 00 15 71 - lafabrique@rafcom.bzh

Jeudi 16 mai 📍 Les Halles

FORUM 🗨️

“ Les bonnes pratiques au quotidien pour limiter les risques face au numérique ”

10h-18h

Stand d'information et de prévention avec la **Police Municipale** et la **Gendarmerie** de Janzé / **Stand d'échange et de conseil** avec la **Maison France Services**

Ateliers « Les Rendez-Vous Conso »
animés par **UFC Que Choisir de Rennes et sa Région** 📄

10h30-11h30 : Les arnaques numériques, hameçonnage, faux conseillers bancaires, faux RIB : comment réagir ?
12h30-13h30 : Réduire les risques des achats sur Internet

Inscription conseillée : Maison France Services - 02 99 47 09 59 / maison.franceservices@janze.fr

Ateliers informatiques pour apprendre à sécuriser ses données sensibles 📄

Éviter le hameçonnage, comment choisir un mot de passe sécurisé, se familiariser à la double authentification
3 sessions proposées à 14h / 16h / 17h (Durée : 1h)

TEMPS FORT

20h

Spectacle « Les écrans au quotidien » Théâtre-Forum animé par Psychomédie. Venez, rire, échanger, débattre autour des écrans.

Gratuit et ouvert à tous - A partir de 6 ans

Programme de la semaine

Mardi 14 mai

17h30-19h Soirée
d'activités
École La Marelle

17h-20h Soirée jeux
de société
École du Sacré-Cœur

Mercredi 15 mai

10h30
La Tête dans les Histoires
14h30 / 16h30
Mercredi de la Mezzanine
La Médiathèque

14h30
Karaoke participatif
intergénérationnel
Salle de la Lande
au Brun

14h - 16h
Atelier "@social"
PIJ / Le Chêne Jaune

17h - 19h
Atelier "Addictosphère"
PIJ / Le Chêne Jaune

Jeudi 16 mai

10h - 18h
Forum
20h
Spectacle
Les Halles

13h30 - 16h30
Sport
Épreuve ludique en équipe
MFR de Janzé

16h - 18h
Conférence/Goûter
Dompteur d'IA
La Fabrique

Vendredi 17 mai

16h30 - 18h30
Initiation aux échecs
La Médiathèque

19h Soirée
de Jeux de société
avec la Ludosaure
La Médiathèque

Samedi 18 mai

10h30 - 12h30
Atelier Bien-être
La Médiathèque