



Bruxelles, le 13 février 2023



Une semaine de la déconnexion pour créer du lien autrement

Moins d'écrans et plus de liens humains, tel est l'objectif de cette semaine spéciale créée à l'attention des élèves de 2^e secondaire de 13 établissements de la Ville de Bruxelles.

Les écrans prennent trop de place dans nos vies. Surexposition aux réseaux, désinformation, .. le cerveau en se saturant peut entraîner des troubles du comportements tels que de l'irritabilité, des troubles de l'attention, de l'impulsivité et des difficultés d'apprentissage. Par exemple, regarder son téléphone avant d'aller dormir perturberait fortement l'endormissement et le sommeil car la lumière bleue qu'il contient stimule l'éveil. Si on déconseille d'exposer les enfants de moins de 3 ans aux écrans pour un développement harmonieux de leur cerveau et de leur personnalité, force est de constater que réguler cette consommation auprès des adolescents est d'autant plus difficile. Pourtant dépourvus de substance additive, les écrans peuvent rendre accro.

Pour sensibiliser ses élèves de deuxième secondaire à toutes ces dérives, le département de l'Instruction publique a organisé une semaine spéciale remplie d'activités diverses et variées.

13 établissements secondaires ont l'opportunité de mélanger leurs élèves pour qu'ils s'essayent à de nouvelles activités sportives, culturelles, de réflexion et se détournent des écrans de télévision, d'ordinateur ou de smartphone.

Les objectifs ? Communiquer et s'informer autrement, adopter une posture critique par rapport à l'information et aux médias, apprendre à s'ouvrir aux autres en socialisant autrement que via internet ou les réseaux sociaux.

Les activités proposées sont : jeux de rôle, jeux de société, ateliers d'écriture, sport, sortie culturelle, débats, improvisation, ateliers philosophiques, ... Un prestataire prévoit également une sensibilisation à l'utilisation du GSM.

Ce projet rassemble 2 à 3 écoles par jour. Le but est de créer des tournantes dans les établissements, de mélanger les élèves pour qu'ils se rencontrent, se découvrent et expérimentent une nouvelle activité ensemble. Une activité introductive est proposée (petit-déjeuner, activité team-building) ensuite le groupe change d'établissement et d'activité ...



Jour 1 – Première activité : Atelier Menuiserie à l'Institut Diderot avec les élèves de l'Athénée Robert Catteau et du Lycée Henriette Dachsbeck

Contact :

Thaïs De Bontridder, attachée de presse de Faouzia Hariche, Échevine de l'Instruction publique, de la Jeunesse et des Ressources Humaines • 0492/18.10.07 • thais.debontridder@brucity.be