

LES ÉCRANS:

MIEUX LES CONNAÎTRE POUR MIEUX LES MAÎTRISER

SPECTACLES

RENCONTRES

DÉFI

PRÉSENTATION

La question des écrans est un sujet-phare de santé publique, tant au niveau national, qu'au niveau local. Notre territoire n'est donc pas épargné et un ensemble de partenaires locaux ont tiré la sonnette d'alarme et souhaite s'engager collectivement dans un projet d'éducation à la santé autour de cette thématique.



L'objectif principal est de rendre acteurs les utilisateurs des écrans quels que soient leur âge, genre et situation socio-professionnelle, pour faire des choix favorables à sa santé et agir sur sa consommation.

TOUTES CES ACTIONS SONT GRATUITES!! PENSEZ A VOUS INSCRIRE

Partenaires engagés dans ce projet territorial:



Association Chemin Faisant
Prévention santé en montagne catalane

coup de pouce
PRÉVENTION



Contrat Local de Santé
Montagnes Catalanes



COMMUNAUTÉ DE COMMUNES
Pyrénées Catalanes



ars
Agence Régionale de Santé
Catalane

info
Montagnes Catalanes
EXPLORER LES POSSIBLES

COMMUNAUTÉ DE COMMUNES
Pyrénées Catalanes



Association
Addictions
France

INTERVENTION SCOLAIRE, PÉRISCOLAIRE ET EXTRASCOLAIRE

L'école d'Osséja, de Bourg-Madame et le lycée de Font Romeu se sont engagés sur un cycle de création d'outils de prévention qui seront présentés lors de la **soirée de clôture** du 28 mai.



FORMATION 'ADOLESCENCE ET ÉCRANS'

Une formation gratuite à destination des professionnels, les 11 et 12 juin 2026.
Contactez-nous pour recevoir le programme!

SOIRÉES - ÉCHANGES

Des rencontres-échanges pour les parents, avec une première heure d'apports théoriques, puis une heure d'échanges et de partage d'expériences entre participants et intervenants.



ENFANCE ET ÉCRANS
MARDI 14 AVRIL À 16H30
PÔLE ENFANCE MATEMALE

ADOS ET ÉCRANS
JEUDI 23 AVRIL À 18H
LA CASA DE FONT-ROMEU

PETITE ENFANCE ET ÉCRANS
JEUDI 11 JUIN À 16H30
OSSÉJA, BUREAUX DU SIVU

Intervenants:
Betty Simeoni et Laurent Crastes,
Consultants éducatifs

SPECTACLES

“OFF”

PAR LA CIE FADUNITO
LE 20/06/2026 À 18H
DURÉE: 45 MINUTES
TOUS PUBLICS À PARTIR
DE 8 ANS
F'ESTIVE À EYNE



DE L'ADDICTION AUX
ECRANS AU TITRE DE
CHAMPION DE BMX
JORIS BRETAGNOLLES



“FAMILLE EN FÊTE”
LES AIRELLES
À FONT-ROMEU
LE 11 AVRIL À 16H

10 JOURS POUR RÉDUIRE SON TEMPS D'ÉCRAN

Du 19 au 28 mai 2026, dans le cadre d'une campagne nationale, des dizaines de communes, des écoles, collèges et lycées proposeront aux jeunes qu'ils accueillent de se passer d'écrans de loisirs avec l'aide des familles, des associations et des collectivités locales.

Inscrivez-vous auprès de l'association Chemin Faisant et téléchargez le programme sur notre site ou en scannant ce QR code :
www.cheminfaisant-asso.fr

Inscriptions et infos:

Association Chemin Faisant
3 carrer de Cal Joanet
66800 ERR

contact@cheminfaisant-asso.fr 04.68.04.84.17



10 JOURS POUR RÉDUIRE SON TEMPS D'ÉCRAN

VOUS AUSSI VENEZ RELEVER LE DÉFI !

JOUR 1 : MARDI 19 MAI

- “Je prépare mon goûter” l’Entretemps Mont-Louis, 17h15-19h
- Soirée Jeux, Bibliothèque Angoustrine, 17h-19h

JOUR 3 : JEUDI 21 MAI

- Démonstration d’utilisation des appareils fitness plein air, Etangs de Saillagouse, 18h-19h

JOUR 6 :

DIMANCHE 24 MAI

- Animation avec “Les ânes du Galbe”, lac de Matemale, 11h-16h

JOUR 8 : MARDI 26 MAI

- Jeux de société pause méridienne au lycée de Font-Romeu (réservé aux élèves)
- Visite guidée du Musée de Cerdagne, 14h30-16h
- “Je prépare mon goûter” l’Entretemps Mont-Louis, 17h15-19h
- Atelier manga à la médiathèque d’Osséja, 17h-19h

JOUR 2 : MERCREDI 20 MAI

- Marche Afghane au Pla de Barès, 9h30 - 11h30
- Yoga parent/enfant, Saillagouse, Nell Créations, 10h-11h
- Anim’ Arc, Matemale, 10h-17h.
- Expo “Face aux Écrans”, bibliothèque de Saillagouse de 10h-12h et 14h-18h
- Animation avec le SIVU de la Vanéra, agroespace, Palau de Cerdagne, 16h30-18h30
- Exposition “Plumes d’Eyne : Oiseaux des Pyrénées Catalanes”, 15h-16h30, Maison de la Vallée d’Eyne

JOUR 4 : VENDREDI 22 MAI

- Animation interactive animaux Pyrénées projection + animation dessin et moulage, 15h-17h, médiathèque des Angles
- Conférence plantes médicinales, 17h30-19h, médiathèque de Font-Romeu

JOUR 7 : LUNDI 25 MAI

- Visite guidée des remparts de Mont-Louis, de 11h à 12h
- Outils naturels de la gestion du stress ,14h-15h30 AltiZen, Mont-Louis

JOUR 9 : MERCREDI 27 MAI

- Atelier macramé au Musée de Cerdagne, 10h30-12h30
- Expo “Face aux écrans”, Bibliothèque de Saillagouse, 10h-12h et 14h-18h
- Exposition “Plumes d’Eyne: oiseaux des Pyrénées Catalanes”, Maison de la Vallée d’Eyne, 15h-16h30
- Yoga doux et relaxation sonore, 15h30-17h, Formiguères

JOUR 5 : SAMEDI 23 MAI

- 24h immersion nature sans écrans = retour le 24 mai!
- Expo “Face aux écrans”, Bibliothèque de Saillagouse, 10h-11h
- Spectacle Saison Cerdane “Mes nouvelles chaussures”, à partir de 3 ans, de 10h30-11h15, médiathèque de Saillagouse
- Animation interactive animaux Pyrénées projection + animation dessin et moulage, 15h-17h, médiathèque de Font-Romeu
- Conférence plantes médicinales à 17h30, médiathèque des Angles
- Nuit des musées et soirée astronomie, Musée de Cerdagne, à partir de 20h30

JOUR 10 : JEUDI 28 MAI

- SOIRÉE DE CLÔTURE, SALLE ESTER À SAILLAGOUSE, 18H

**SUR INSCRIPTION
ACTIVITÉS GRATUITES**



**+ D'INFOS SUR NOTRE SITE :
WWW.CHEMINFAISANT-ASSO.FR**