

## ***Plus de 7 000 écoliers bordelais s'apprêtent à relever le Défi 10 jours sans écran***

Du mardi 19 au jeudi 28 mai 2026, la Ville de Bordeaux et ses partenaires institutionnels et associatifs proposent une nouvelle édition du [Défi 10 jours sans écran](#). L'objectif est d'accompagner enfants, familles et professionnels vers un usage positif et maîtrisé des outils numériques. La Ville de Bordeaux s'engage pour la prévention des risques liés à un usage trop fréquent des écrans depuis 2019, aux côtés de partenaires institutionnels (dont l'Éducation Nationale et le Département de la Gironde) et associatifs.

Pour cette édition 2026, **56 écoles bordelaises** (28 maternelles et 28 élémentaires) relèvent le défi.

### ***Une prise de conscience joyeuse pour remettre les écrans à leur juste place***

Limiter voire se passer des écrans de loisirs pendant 10 jours, passer plus de temps à jouer, sortir ou pratiquer du sport en famille ou avec ses amis, lire, dessiner, rêver... Tel est le défi lancé aux élèves des écoles maternelles et élémentaires et à leurs parents. Au total, **7 576 élèves** (2 871 maternelles et 4 705 élémentaires soit **plus de 45% des effectifs totaux** des écoles publiques bordelaises) relèveront le défi cette année. Parmi eux, **3 662 élèves** scolarisés **dans les quartiers prioritaires de la Ville**.

### ***Un grand jeu ludique et collectif***

Le défi sans écran est présenté comme un match, durant lequel chacun ramène des points pour son équipe (sa classe), chaque fois qu'on se passe d'écran sur 5 temps précis de la journée. Les points sont comptabilisés chaque matin en classe. Ce défi est amené de manière ludique et collective. Chacun est libre de participer pour rapporter des points à sa classe ou à son école.

Le premier jour du défi, **un carnet de bord** avec la grille de points, un agenda, des activités, des idées sorties pour découvrir la ville et ses environs, des tarifs réduits, des activités à faire à la maison (recettes, activités manuelles, jeux, coloriages...) est remis à chaque élève.

### ***Une marraine sportive pour le défi 2026***

Cette année, **Lucie Schoonheere, championne de skate** de la Team Bordeaux est la marraine du défi 10 jours sans écrans. Elle est intervenue dans une école de

Bacalan qui participera au défi afin de faire une démonstration de skate et sensibiliser les enfants aux bienfaits de la pratique sportive et à un usage raisonné des écrans.

### ***Des résultats positifs sur les bienfaits de la déconnexion numérique***

- 80 % des enfants sont contents de participer au défi sans écran ;
- 90 % des parents interrogés ont constaté des impacts positifs du défi 10 jours sans écrans, notamment sur la qualité des relations familiales ;
- 40 % des enfants déclarent avoir mieux dormi durant le défi ;
- 85 % des enfants déclarent avoir passé plus de temps à jouer et discuter avec leur famille ;
- 86 % des enfants déclarent avoir réduit leur temps d'écran ;
- 85 % des enseignants se disent prêts à reconduire l'expérience chaque année ou une année sur 2.

### ***Les crèches relèvent aussi le défi***

Les crèches municipales de Bordeaux participent aussi au Défi 10 jours sans écrans adapté aux tout-petits. Différents outils sont mis à la disposition des parents afin de commencer le travail de prévention dès le plus jeune âge, comme le jeu de cartes d'activités "Je diminue les écrans", les cafés des parents, les ateliers parents-enfants, les expositions, etc.

#### ***Service de presse***

Nicolas Corne 06 20 33 00 15 - Aude Boilley 06 64 14 91 73 - Salomé Hubert-Cassant 06 59 67 42 61

[presse@mairie-bordeaux.fr](mailto:presse@mairie-bordeaux.fr) 05 56 10 20 46 - [bordeaux.fr](http://bordeaux.fr)

