

# «10 jours sans écran, Cap ou pas cap?»

## PROGRAMME des Activités pour les Familles



Un projet conçu et organisé par  
l'Association Pirouette Cacahuète

19C rue de Bel Air 21000 Dijon

03 80 45 92 23 - [www.pirouette-cacahuete.net](http://www.pirouette-cacahuete.net)



du 28 mai au 7 juin 2013  
à l'école Jean Baptiste Lallemand



Association  
Le cri de la plume



Orchestre  
Dijon  
Bourgogne



## 10 jours sans écran, cap ou pas cap ?

Du 28 mai au 7 juin, les 5 classes de l'école Jean-Baptiste Lallemand concourent pour le défi «10 jours sans écran». Pour faire gagner sa classe, chaque enfant doit : ne pas ou peu regarder les écrans. Nous comptons bien sûr sur les parents pour les y aider !

Pour vous aider à relever le défi, nous vous proposons tout un programme d'activités. Attention, pour y participer les enfants ne peuvent pas y venir seuls. **La présence d'au moins un parent est indispensable.** Vous pouvez venir avec les frères et sœurs.

Toutes les activités proposées sont **gratuites**. Elles sont encadrées par l'équipe de Pirouette Cacahuète, par les parents, les enseignants ou les partenaires.

Pour la plupart, elles se déroulent à l'école Jean-Baptiste Lallemand. Pour les autres, le rendez-vous est donné à l'école.

**La salle polyvalente sera ouverte les mercredi, samedi et dimanche de 14h à 18h ainsi que de 17h à 18h30 les jours d'école.** Vous y trouverez des jeux de société, des livres, des jeux de construction...

Pour y accéder, il faut aller sur le côté de l'école (vers le périscolaire).

Alors, nous comptons sur vous pour aider vos enfants à relever le défi !

## Mardi 28 mai à 16h45

Venez fêter officiellement le lancement du défi «10 jours sans écran». Vous découvrirez toutes les activités proposées pendant les dix jours et les personnes qui mèneront les activités.

## Mercredi, samedi, dimanche

**A l'école (accès par la salle polyvalente, allée sur le coté) - de 14h à 18h**

### Jeux de société

Une cinquantaine de jeux à découvrir pour s'amuser en famille... Nos animateurs pourront vous expliquer les règles de ces jeux !



### Jeux de construction

Venez construire en famille une maison géante. Avec ces petites planchettes de bois, tout est permis !

### Coin lecture

Un coin livre pour se donner des idées pour bricoler, raconter des histoires, imaginer, rêver...

### Prêt des Sacs à Sentiers (le mercredi, samedi ou dimanche)

Choisissez votre parcours (à Plombières, Mâlain ou Dijon), empruntez votre sac et partez pour une balade en famille pleine de surprises. Jeux, bricolage, observation... pour voir la nature ou la ville autrement !



# Mercredi 29 mai

**À l'école (accès par la salle polyvalente, allée sur le coté)**

**16h-18h : «Cosmétiques au Naturel», animé par Aurélie de Pirouette Cacahuète**

Venez confectionner votre gel douche ou un gloss pour faire briller vos lèvres !



**16h-18h : Jeu de Molky, animé par Géraldine De Macedo**

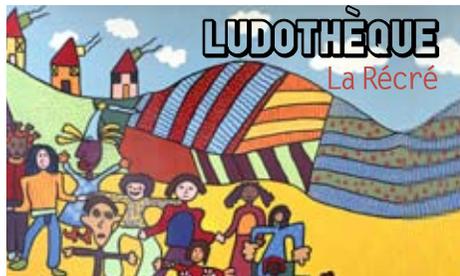
Venez découvrir ce jeu d'adresse finlandais qui ressemble à du bowling. Le premier avec 50 points gagne !

**De 14h à 18h : Ateliers jeux, bouquins... à la permanence**

## À Dijon

**10h-12h : Jeux à la Ludothèque des Grésilles**

Venez découvrir ce lieu incontournable de Dijon où l'on peut jouer ou emprunter des jeux....  
(rendez-vous à l'école à 9h30 ou sur place à 10h - merci de nous prévenir de votre venue au 03 80 45 92 23 - prévoir un ticket de bus aller-retour par personne)



## À Fontaine d'Ouche

**9h30-11h30 : L'Orchestre des Quartiers**

Connaissez-vous le violon et le violoncelle ? Auriez-vous envie d'en jouer ?

Profitez de «10 jours sans Ecran» pour découvrir les cours qui sont donnés dans votre quartier ! Vous pourrez même essayer !  
(rendez-vous à l'école à 9h15 - merci de nous prévenir de votre venue au 03 80 45 92 23 car seules 10 personnes pourront y participer !)



**10h-12h : Histoires à la Bibliothèque de Fontaine d'Ouche**

Et si l'on écoutait une histoire... Petits moments intimes où petits et grands rêvent grâce à la voix douce de la conteuse...

(rendez-vous à l'école à 9h30 ou sur place à 10h - merci de nous prévenir de votre venue au 03 80 45 92 23)

**14h-16h : «Petites Bêtes du Jardin», animé par Stéphanie de Pirouette Cacahuète**

Venez observer les petites bêtes du jardin, et découvrir comment elles protègent les légumes de ce jardin !

(rendez-vous à l'école à 13h45 ou au Jardin éducatif du Ruisseau à 14h)



## Jeudi 30 mai de 17h à 18h30

**À l'école (accès par la salle polyvalente, allée sur le coté)**

**17h-18h : «Construction bizarres», animé par Cécile de Pirouette Cacahuète**

Jeux de société et jeux de constructions pour imaginer peut-être la maison de demain !



**17h-18h : Fleurs en Crépon, animé par les animatrices du périscolaire**

Katia et son équipe vous apprendront à réaliser des fleurs en papier crépon.



**17h-18h : Atelier Danse, animé par Boutaina Salouane, Sabrina Lefdou et Sophie Trousseau**

Allez ! Un peu de sport en musique, ça fait du bien ! On vous promet, ce sera mieux que devant un écran !

**De 17h à 18h : Ateliers jeux, bouquins... à la permanence**

## Vendredi 31 mai de 17h à 18h30

**À l'école (accès par la salle polyvalente, allée sur le coté)**

**17h-18h : Atelier cuisine, animé par Myriam Pagliarulo**

Venez apprendre à faire des roses des sables. Tout le monde adore !

**17h-18h : «Bijoux Récup», animé par Stéphanie de Pirouette Cacahuète**

Avez-vous pensé à fabriquer des bijoux à partir de chambre à air ? Non, et bien pourtant c'est joli, pas cher... Alors venez vous essayer !

**De 17h à 18h : Ateliers jeux, bouquins... à la permanence**

### À Fontaine d'Ouche

**17h15-18h30: Visite de la Bibliothèque de Fontaine d'Ouche**

Pour ceux qui ne connaissent pas la bibliothèque, profitez de cette petite visite guidée. A partir de ce mois-ci, les bibliothèques de Dijon sont gratuites. C'est donc le moment d'en profiter !  
(rendez-vous à 17h à l'école ou sur place à 17h15)

## Samedi 1er juin de 10h à 21h30

**À l'école (accès par la salle polyvalente, allée sur le coté)**

**11h-12h30 : Atelier Cuisine, animé par Isabelle Testevuide**

Et si la maitresse vous faisait part de ses secrets de cuisine ?



**14h-16h : «Fabrication de jeux de société», animé par Aurélie de Pirouette Cacahuète**

Marre de toujours jouer aux mêmes jeux de société ? Venez les fabriquer vous-mêmes et laissez libre cours à votre imagination !

**15h-17h : «Balade contée», animé par Arnaud de Pirouette Cacahuète**

Participez à une promenade du ruisseau rythmée par des contes et de belles histoires. Une façon de découvrir ou de redécouvrir sa ville.

(rendez-vous à l'école à 14h45 pour le départ groupé)





**16h-18h : Atelier Origami, animé par Elisabeth Royer**

Connaissez-vous les origamis ? Des papiers pliés se transformant en animaux de toutes sortes !

**16h-18h : Atelier poterie, animé par Virginie Poisot**

Mouillez-vous les mains et construisez votre sculpture !

**De 14h à 18h : Ateliers jeux, bouquins... à la permanence**

**A partir de 20h : Soirée jeux de société**



**A Fontaine d'Ouche**



**10h-12h : Visite de la Bibliothèque de Fontaine d'Ouche**

Pour ceux qui ne connaissent pas encore la bibliothèque, profitez de cette petite visite guidée. A partir de ce mois-ci, les bibliothèques de Dijon sont gratuites. C'est donc le moment d'en profiter !

*(rendez-vous à 9h45 à l'école ou à 10h sur place)*

**Dimanche 2 juin de 10h à 17h**

**À l'école (accès par la salle polyvalente, allée sur le coté)**

**10h-12h : Tournoi de football et pique-nique, animé par Alain Dardot**

Enfilez un short et dépensez-vous en famille pendant cette matinée football ! Qui ouvrira le score ? *(rendez-vous au Jardin éducatif du Ruisseau - Si vous le souhaitez, prévoyez un pique-nique pour l'après match)*

**14h-16h : Jeux de société, animé par Marjorie Thévenin**

Joueurs et joueuses, c'est ici que ça se passe ! De nombreux jeux vous attendent pour une après-midi conviviale et chaleureuse.



**14h-16h : «Animaux imaginaires», animé par Claire de Pirouette Cacahuète**

Une fourmi-mésange ou un escargot-taupo : imaginez les animaux les plus fous ! Et pour vous inspirer, nous vous présenterons les habitants de vos jardins et de vos forêts.

**15h-17h: «Balade contée», animé par Arnaud de Pirouette Cacahuète**

Participez à une promenade du ruisseau rythmée par des contes et de belles histoires. Une façon de découvrir ou de redécouvrir sa ville.

*(rendez-vous à l'école à 14h45 pour le départ groupé)*

**De 14h à 17h : Ateliers jeux, bouquins... à la permanence**

## Lundi 3 juin de 17h à 18h

**A l'école (accès par la salle polyvalente, allée sur le coté)**



**17h-18h : Atelier tricot, animé par Laure Favotte**

Un bonnet, une paire de chaussettes ou une écharpe : le tricot nous habille selon nos goûts et nos envies ! Expérimentez et découvrez les techniques du point Jersey ou du point mousse tout en riant.

**De 17h à 18h : Ateliers jeux, bouquins... à la permanence**

### A Fontaine d'Ouche

**17h-18h : «Petites Bêtes du Jardin», animé par Claire de Pirouette Cacahuète**

Venez observer les petites bêtes du jardin, et découvrir comment elles protègent les légumes de ce jardin !  
(rendez-vous au Jardin éducatif du Ruisseau)



## Mardi 4 juin de 17h à 18h

**A l'école (accès par la salle polyvalente, allée sur le coté)**

**Dès 17h : Réparation de vélo, animé par Stéphane de l'association La Rustine**

Une crevaillon ? Des câbles de frein trop serrés ? La réparation, c'est ici ! Venez apprendre les techniques qui vous permettront de retrouver un vélo neuf. *(prévoir votre vélo)*

**De 17h à 18h : Ateliers jeux, bouquins... à la permanence**

### A Fontaine d'Ouche

**17h-18h : «Jouer avec les mots», animé par Nina de l'association Cri de la plume**

Qui a dit que l'écriture était un calvaire ? Ici, vous êtes invités à jouer avec les phrases et les mots !  
(rendez-vous au Jardin éducatif du Ruisseau)

**17h15-18h30 : Visite de la Bibliothèque de Fontaine d'Ouche**

Pour ceux qui ne connaissent pas la bibliothèque, profitez de cette petite visite guidée. A partir de ce mois-ci, les bibliothèques de Dijon sont gratuites. C'est donc le moment d'en profiter !  
(rendez-vous à 17h devant l'école)

## Mercredi 5 juin de 10h à 18h

**A l'école (accès par la salle polyvalente, allée sur le coté)**

**14h-16h : «Jouons avec les images», animé par Pierre de Pirouette Cacahuète**

Venez concevoir votre flipbook et comprendre la construction d'un dessin animé grâce à des conseils avisés !



**15h-17h : «Touche Nature», animé par Claire de Pirouette Cacahuète**

Une journée à la Combe Persil pour éveiller ses sens et découvrir la faune et la flore de ce lieu... Un conte et un personnage imaginaire entraîneront les enfants dans leurs découvertes.

*(rendez-vous à l'école pour le départ groupé)*

**15h-17h : «Cosmétiques au Naturel», animé par Aurélie de Pirouette Cacahuète**

Venez confectionner votre gel douche ou un gloss pour faire briller vos lèvres !

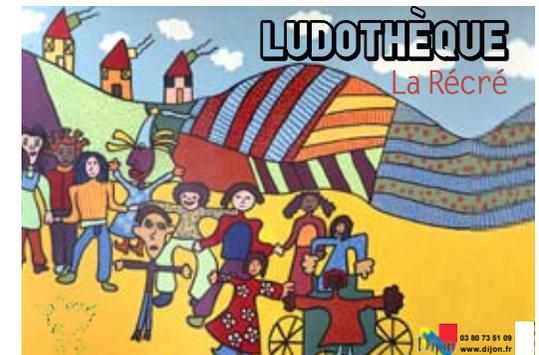
**De 14h à 18h : Ateliers jeux, bouquins... à la permanence**

### A Dijon

**10h-12h : Jeux à la Ludothèque des Grésilles**

Venez découvrir ce lieu incontournable de Dijon où l'on peut jouer ou emprunter des jeux....

*(rendez-vous à l'école à 9h30 ou sur place à 10h - merci de nous prévenir de votre venue au 03 80 45 92 23 - prévoir un ticket de bus aller-retour par personne)*



### 14h-16h : Atelier papier recyclé à Lattitude 21

Ne jetez plus vos papiers ! Venez découvrir une nouvelle manière de les utiliser grâce à votre imagination.

*(rendez-vous à l'école à 13h15 ou sur place à 14h - merci de nous prévenir de votre venue au 03 80 45 92 23 - prévoir un ticket de bus aller-retour par personne)*

## A Fontaine d'Ouche

### 9h30-11h30 : L'Orchestre des Quartiers

Connaissez-vous le violon et le violoncelle ? Auriez-vous envie d'en jouer ? Profitez de «10 jours sans Ecran» pour découvrir les cours qui sont donnés dans votre quartier ! Vous pourrez même essayer !

*(rendez-vous à l'école à 9h15 - merci de nous prévenir de votre venue au 03 80 45 92 23 car seules 10 personnes pourront y participer ! Prévoir un ticket de bus aller-retour par personne)*



## Jeudi 6 juin de 17h à 18h

**A l'école (accès par la salle polyvalente, allée sur le coté)**



**17h-18h : Atelier sable coloré, animé par les animatrices du périscolaire**

Découvrez une nouvelle façon de créer à partir d'une matière simple et originale : le sel. Interdiction d'éternuer !

**De 17h à 18h : Ateliers jeux, bouquins... à la permanence**

## A Fontaine d'Ouche

### 17h15-18h30 : Visite de la Bibliothèque de Fontaine d'Ouche

Pour ceux qui ne connaissent pas encore la bibliothèque, profitez de cette petite visite guidée. A partir de ce mois-ci, les bibliothèques de Dijon sont gratuites. C'est donc le moment d'en profiter !

*(rendez-vous à 17h devant l'école)*

## Vendredi 7 juin, à partir de 17h

**A l'école (accès par la salle polyvalente, allée sur le coté)**

Pour fêter la fin des 10 jours sans écran, nous vous invitons à un goûter convivial ! Profitez de ces instants pour discuter de ce projet, donner vos impressions et imaginer de nouvelles façons de se distraire sans écran !

# Récapitulatif des activités

Attention, les horaires indiqués dans ce récapitulatif sont ceux des ateliers. Pour connaître les horaires des rendez-vous, reportez-vous aux descriptifs des ateliers concernés.

## Sports

**Danse** : jeudi 30 mai de 17h à 18h

**Tournoi de football** : dimanche 2 juin de 10h à 12h

## Nature

**Petites Bêtes au Jardin** : mercredi 29 mai de 14h à 16h ; lundi 3 juin de 17h à 18h

**Sacs à Sentiers** : mercredi 29 mai ; samedi 1er juin ; dimanche 2 juin ; mercredi 5 juin

**Balade Contée** : samedi 1er juin de 15h à 17h ; dimanche 2 juin de 15h à 17h

**Touche Nature** : mercredi 5 juin de 15h à 17h

## Musique

**Orchestre des quartiers** : mercredi 29 mai de 9h30 à 11h30 ; mercredi 5 juin de 9h30 à 11h30

## Autour du livre

**Histoires à la bibliothèque** : mercredi 29 mai de 10h à 12h

**Bibliothèque de Fontaine d'Ouche** : vendredi 31 mai de 17h15 à 18h30 ; samedi 1er juin de 10h à 12h ; mardi 4 juin de 17h15 à 18h30 ; jeudi 6 juin de 17h15 à 18h30

**Jouer avec les mots** : mardi 4 juin de 17h à 18h

## Jeux

**Ludothèque** : mercredi 29 mai de 10h à 12h ; mercredi 5 juin de 10h à 12h

**Jeu de Molkky** : mercredi 29 mai de 16h à 18h

**Jeux de société** : dimanche 2 juin de 14h à 16h ; samedi 1er juin à partir de 20h ; horaires d'ouverture de la permanence

## Activités manuelles

**Cosmétiques au naturel** : mercredi 29 mai de 16h à 18h ; mercredi 5 juin de 15h à 17h

**Constructions bizarres** : jeudi 30 mai de 17h à 18h

**Fleurs en crépon** : jeudi 30 mai de 17h à 18h

**Bijoux Récup** : vendredi 31 mai de 17h à 18h

**Poterie** : samedi 1er juin de 16h à 18h

**Fabrication de jeux de société** : samedi 1er juin de 14h à 16h

**Origami** : samedi 1er juin de 16h à 18h

**Animaux imaginaires** : dimanche 2 juin de 14h à 16h

**Tricot** : lundi 3 juin de 17h à 18h

**Réparation de vélo** : mardi 4 juin à partir de 17h

**Jouons avec les images** : mercredi 5 juin de 14h à 16h

**Papier recyclé** : mercredi 5 juin de 14h à 16h

**Sable coloré** : jeudi 6 juin de 17h à 18h

## Cuisine

**Rose des Sables** : vendredi 31 mai de 17h à 18h

**Crêpes** : samedi 1er juin de 11h à 12h30

