

Prêt à relever le défi ?

10 Jours sans écrans

Programme d'animations gratuites

Du 19 au 28 mai, le Rucher Portésien, tiers-lieu de la ville, lance le défi collectif «10 jours sans écrans» aux enfants et aux familles, dans le cadre de son programme d'animations sur le numérique responsable. Télévisions, jeux vidéo, consoles, tablettes et smartphones devront rester au placard !

11 classes des écoles de la ville ainsi que des collégiens déjà engagés pour le relever ! Un programme d'activités sportives et culturelles est proposé par la Ville, La Cambuse et le Muretain Agglo pour vous accompagner dans cette déconnexion.



la suite au verso



★ MARDI 19 MAI

18h15>19h Club de lecture
À la Cambuse.

★ MERCREDI 20 MAI

10h & 11h

Rendez-vous contes les enfants
« Faut pas pousser ».

À la Maison du Temps Libre.

Pour les 18 mois à 5 ans.

Inscription obligatoire au 05 61 72 43 00.

14h>18h

Animations sportives ouvertes à tous «Kronum adapté» (mélange de foot, basket et handball).

Au Complexe Jules Vallès,

Avenue Salvador Allende.

14h>15h

Atelier découverte théâtre,
dès 6 ans.

À la Salle Angèle del Rio Bettini.

Inscription à ateliersculturels@portetgaronne.fr.

15h30>17h30

Atelier biscuits parents-enfants.

À la Cambuse. Inscription conseillée à initiativescitoyennes31@gmail.com.

★ JEUDI 21 MAI

17h>18h30 Café des parents.

Thème : «Accompagner les parents face aux écrans».

Venez échanger avec l'équipe Ressources Enfance et Parentalité du Muretain Agglo.

Au Rucher Portésien - Place de la République.

À 19h

Vernissage de l'exposition

«La nature au fil des saisons».

Photographies de Louis Ferries-Casteras.

Au Château de Portet.

Entrée libre. Tout public.

À 19h

Spectacle cabaret d'impro.

Entrée libre. Tout public.

À la Cambuse. Inscription conseillée

par SMS au 07 82 64 58 28.

À 21h

Groupe parentalité

«Comment gérer les écrans avec vos enfants».

À la Cambuse.

RENSEIGNEMENTS

Tél : 05 61 72 91 02

lerucher@portetgaronne.fr

La Cambuse (chemin de la Drague)

Tél : 07 82 64 58 28

www.portetgaronne.fr



https://10journsansécrans.org/



UNE VILLE POUR TOUS



★ VENDREDI 22 MAI

8h30

Petit déjeuner.

(5€ par personne).

À la Cambuse. Inscription conseillée
à initiativescitoyennes31@gmail.com.

À 18h

Échecs ou Backgammon.

À la Cambuse.

17h>20h

Atelier «création florales»
spécial fête des mères au
marché semi-nocturne.

Par Poétique Nature.
Sous la Halle.

★ SAMEDI 23 MAI

10h30>12h

**Initiation au théâtre
d'improvisation (ados).**

À la Cambuse. Inscription à
initiativescitoyennes31@gmail.com.

16h>18h

Atelier perles.

À la Cambuse.

Par l'association PEP'S.

À 20h30

**Spectacle «Complots
Industries»,** à partir de
12 ans. Par la compagnie
«Le Grand Parti».

À la Salle Angèle del Rio
Bettini.
Inscription au 05 61 76 29 31.

★ MARDI 26 MAI

9h>17h

Galerie à ciel ouvert Écran off / Création on.

Exposition de dessins réalisés par les enfants, devant les écoles de la Ville.

★ MERCREDI 27 MAI

14h>18h

**Grand jeu ouvert à tous
«Land-art» et customisation
du panneau «Jardin
Pédagogique et Inclusif».**

Au Jardin Pédagogique et Inclusif,
chemin de la Drague.

14h>15h

**Atelier découverte théâtre,
dès 6 ans.**

À la Salle Angèle del Rio Bettini.
Inscription à
ateliersculturels@portetgaronne.fr.

16h>18h

Atelier maquillage.

À la Cambuse.
Par l'association PEP'S.

★ ET AUSSI !

Exposition «Face aux écrans»

Du 19 mai au 29 juin.

Exposition pédagogique autour
des dangers des écrans pour le
développement du cerveau des
enfants et adolescents.

À l'Espace Coubertin. De 9h à 12h et
de 13h30 à 18h.

**Exposition «La nature au fil
des saisons».**

Jusqu'au 28 mai.

Au château de Portet. Aux horaires
d'ouverture de la salle d'exposition.

**Envie de vous mettre
à la lecture ?**

Passiez à la Médiathèque pour
découvrir notre sélection de livres
pour le défi !

Tel : 05 61 72 43 00

CLÔTURE OFFICIELLE DU DÉFI LORS DES JOURNÉES NATURE

**Samedi 30 mai : 15h et 17h
Dimanche 31 mai : 16h**

Exposition des œuvres réalisées avec les ALAE,
résultats du défi, échanges et animations ludiques
autour du défi.

Sur le stand de la mairie - Ramier des Berges de Garonne.

**Les commerçants de la commune vous
proposent également de petits défis à
relever dans leurs boutiques !**

10 Jours sans écrans

Programme d'animations gratuites

10 jours
sans écrans

