

## **La « Dizaine (ou semaine) pour apprivoiser les écrans ».**

A l'origine, l'idée en revient au Dr Thomas Robinson, professeur à l'Université Stanford. En 1996-1997, il a lancé et expérimenté le programme SMART (*Student Media Awareness to Reduce Television*) dans deux écoles primaires de San José, en Californie. Son but, comme le nom de son programme l'indique (« apprendre à réduire la télévision »), n'était pas de supprimer la consommation d'écrans, mais de la réduire. Jacques Brodeur s'en est inspiré et a lancée au Québec, en 2003, ce qu'il a appelé « Le défi de la dizaine sans télé ni jeu vidéo », avec l'ambition de créer une période de sevrage total des écrans.

En France, la première expérience de ce type a été lancée en mai 2008 par Serge Hygen à l'école du Ziegelwasser à Strasbourg, sous l'intitulé « Le défi des 10 jours pour voir autrement ». Le choix de l'intitulé montre clairement qu'il ne s'agissait pas de vivre « dix jours sans écrans », contrairement à ce qu'ont dit hélas beaucoup de médias. Le but était de provoquer des changements durables dans les relations familiales et sociales afin de rendre moins impérieux le refuge dans les écrans. On peut en effet faire plus bête que de regarder une bonne émission de télé ! C'est pourquoi j'ai défendu cette action (notamment sur i-télé dès le jour du lancement) en mettant l'accent sur son utilité pour recréer du lien social de proximité, et rendre le recours aux écrans moins prégnant.

En effet, pendant dix jours— ou une semaine -, les enfants d'une école ou d'un quartier, et leurs parents, sont invités à choisir les programmes de télévision et les jeux vidéo auxquels ils tiennent vraiment, et à renoncer aux autres. C'est une façon de rendre à chacun le désir et la liberté d'être un spectateur actif. Parallèlement, des éducateurs et des parents organisent et encadrent diverses activités, y compris dans les domaines de la photographie et du cinéma, afin de permettre à chacun de devenir le créateur de son propre imaginaire.

La « Dizaine » n'est donc pas faite pour nous convaincre d'éliminer les écrans de nos vies, mais pour nous apprendre à ne plus nous laisser tyranniser par eux. Un peu comme lorsqu'une relation devient trop envahissante et trop difficile, on peut décider de prendre un peu de distance, de ne plus se voir pendant quelque temps. Quel bonheur de se retrouver ensuite sur d'autres bases. En permettant de porter un regard différent sur les écrans et de réfléchir à leur place dans nos vies, la « Dizaine » ou « semaine pour apprivoiser les écrans » constitue d'abord une façon de réapprendre à vivre ensemble.

Depuis 2008, en France, diverses initiatives se sont développées autour de cette idée. Elles associent dans des proportions variables la condamnation des écrans et les activités destinées à recréer du lien social, au niveau de la famille, de l'école et du quartier.

Ecoconseil tente de recenser chaque année les défis qui ont été lancés, et la revue *Non Violence actualité* leur a consacré son numéro de janvier-février 2009 ([www.nonviolence-actualite.org](http://www.nonviolence-actualite.org)).

L'association 3-6-9-12 s'engage à promouvoir, encourager et défendre ces initiatives.