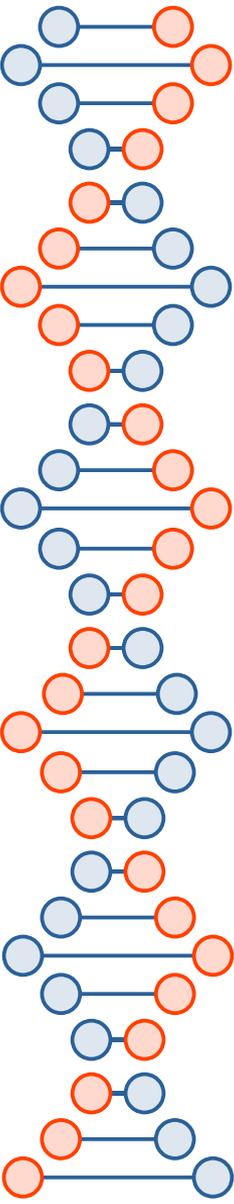


Défi 10 jours sans écrans

**Bilan 2021**  
**Résultats du questionnaire**

En quoi le défi est-il utile, quels bénéfices en tire-t-on? Qu'en pensent les enseignants, les parents, et surtout les enfants ?

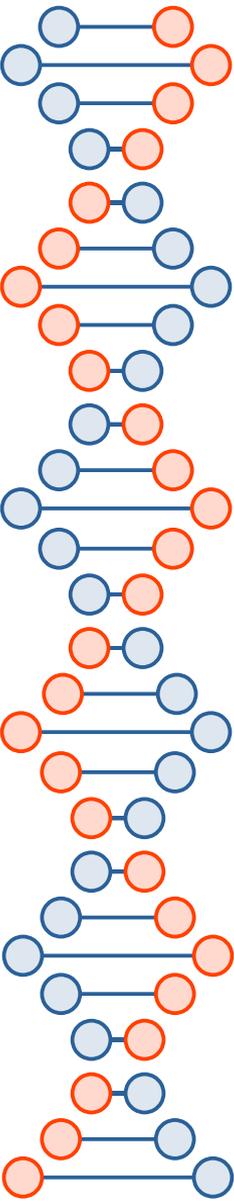


# Bilan du défi collectif 2021

Le défi collectif 10 jours sans écrans 2021 s'est déroulé **du 25 mai au 3 juin 2021**.

**133 structures** (crèches, écoles maternelles, écoles primaires, collèges, lycées) s'étaient inscrites pour participer au défi,

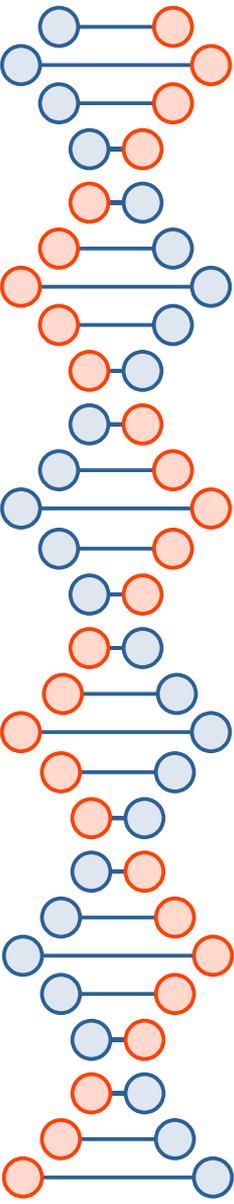
Ce qui représentait **17 133** enfants et adolescents concernés (0-17 ans).



# Bilan du défi collectif 2021

Suite au défi, un questionnaire en ligne avait été mis à la disposition des participants (enfants et adolescents, parents, et enseignants) du **7 au 30 juin 2021**.

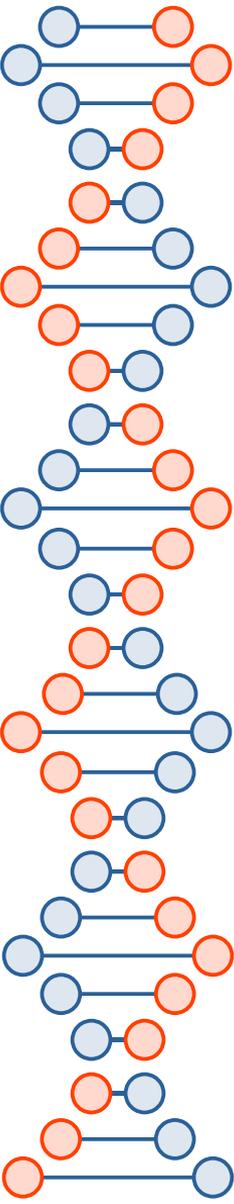
Les réponses recueillies ont été exprimées **quelques jours à quelques semaines** après la fin du défi.



# Bilan du défi collectif 2021

Au total **281 soumissions** complètes ont été recueillies :

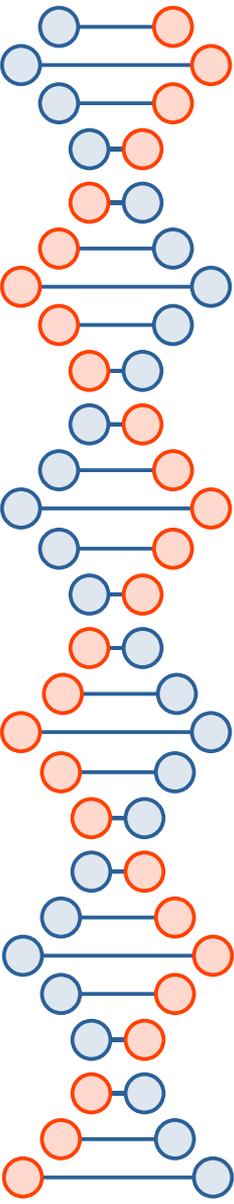
- **132 soumissions pour le questionnaire enfants-adolescents** : AMIENS Collège César Franck (2), BLAGNAC école primaire Jean Moulin (3), COLMAR école primaire Saint Jean (1), FONTAINEBLEAU école Sainte Marie (2), LARZABALE Oztibarre ikastola (3), URRUÑA San Frantses Xabier eskola (112), non renseigné (9).



# Bilan du défi collectif 2021

Au total **281 soumissions** complètes ont été recueillies :

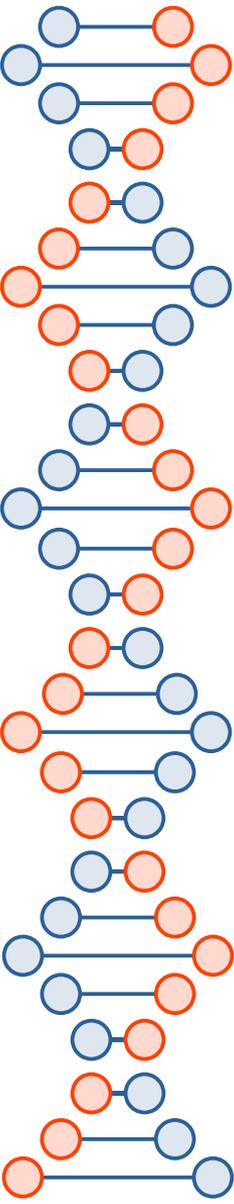
- **124 soumissions pour le questionnaire parents :**  
AMIENS collège César Franck (2), BLAGNAC école primaire Jean Moulin ( 1), FONTAINEBLEAU école Sainte Marie (3), HAZPARNE Santa Teresa ikastegia (31), LARZABALE, Oztibarreko Ikastola (9), URRUÑA San Frantses Xabier eskola (70), MACHECOUL St Même école La Genette (5), SOHÜTA Eperra ikastola (1).



# Bilan du défi collectif 2021

Au total **281 soumissions** complètes ont été recueillies :

- **25 soumissions pour le questionnaire enseignants** : Amiens, Collège César Franck (2), Blagnac, école primaire Jean Moulin (1), Fontainebleau école Ste Marie (1), HAZPARNE Santa Teresa Ikastegia (2), ISSY LES MOULINEAUX, école Ste Clotilde (2), LA CHAPELLE EN SERVAL école du Bois de Chênes (1), Machecoule St Même, école La Genette (1), SOHÛTA eperra ikastola, URRUÑA San Frantses Xabier eskola (12).

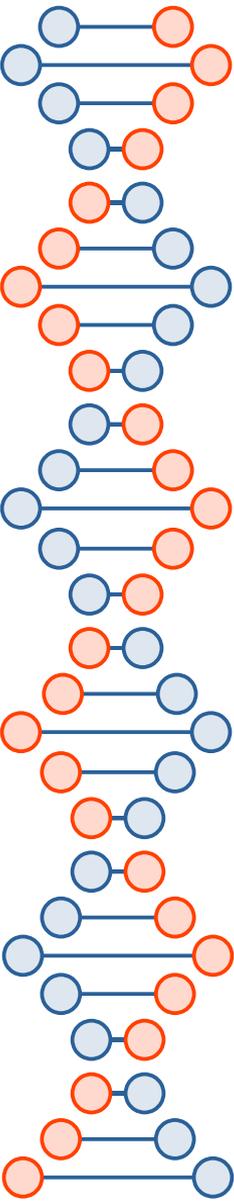


# Bilan du défi collectif 2021

## Points saillants : Parents

En grande, voire très grande majorité, les parents souhaitent que le défi soit reconduit dans leur école (97%), ils ont trouvé l'expérience significativement utile (89%), et disent que depuis, la consommation d'écrans de loisirs a diminué dans le foyer (65%).

En prime, les deux tiers des mamans (67%) et la moitié des papas (49%) ont significativement réduit leur propre consommation pendant le défi.



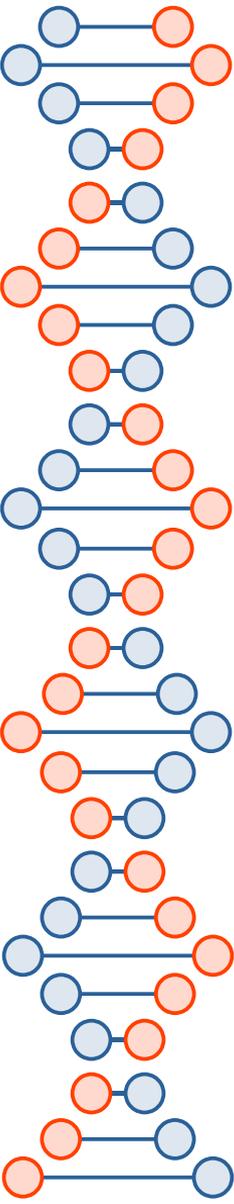
# Bilan du défi collectif 2021

## Points saillants : Parents

Suite au défi, 5 parents sur 6 disent que le défi 10 jours sans écrans les **aide à mieux maîtriser la place des écrans de loisirs à la maison** (83%),

qu'il **influence les habitudes de vie** dans les familles (79%),

et qu'ils vont aider leur enfant, de manière significative (assez ou beaucoup vs un peu ou pas du tout), à **maîtriser le temps que leur enfant consacre aux écrans de loisirs** (84%).



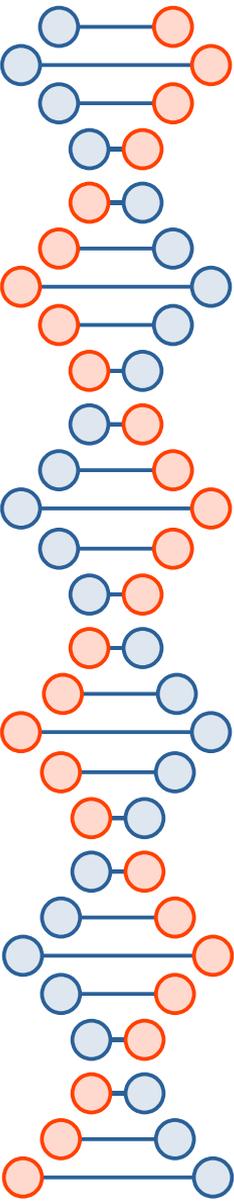
# Bilan du défi collectif 2021

## Points saillants : Elèves

Du côté des élèves, on observe des **taux de participation très élevés** (ex: 97,6% des élèves de l'école St François-Xavier à Urrugne),

et un **engagement** très important ( 96% des enseignants ont trouvé que l'implication des élèves était importante, voire très importante,

et 60% des des parents disent avoir significativement **encouragé** leur enfant à garder les écrans fermés pendant le défi).



# Bilan du défi collectif 2021

## Points saillants : Elèves

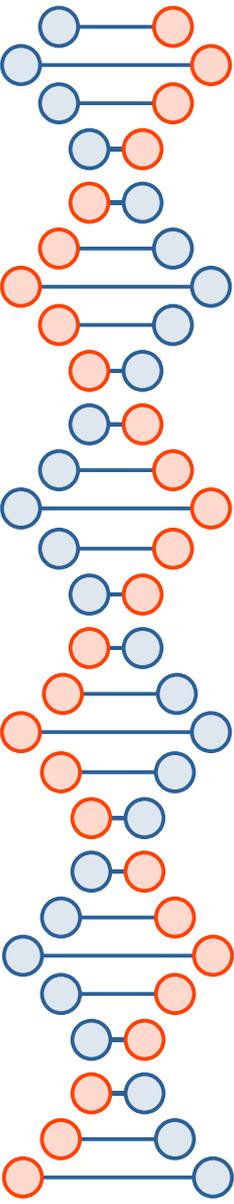
Côté performances,

44% des élèves répondants ont réussi l'exploit de se passer complètement d'écrans de loisir pendant **10 jours**,

61% l'ont fait au moins **9 jours**,

71% au moins **8 jours**,

80% au moins **7 jours**.



# Bilan du défi collectif 2021

## Points saillants : Élèves

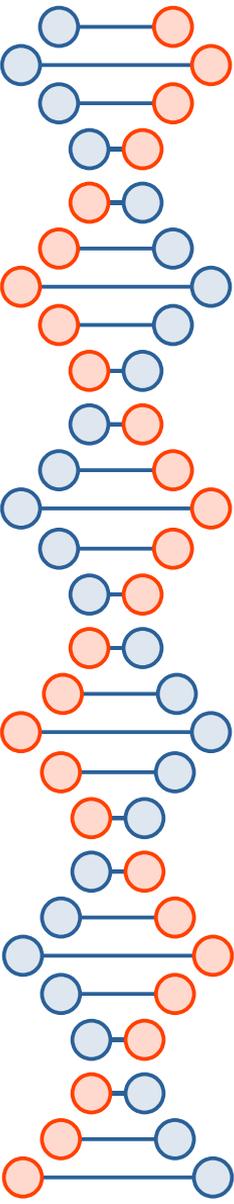
La grande majorité des élèves

a jugé l'expérience significativement **utile** (83%),

dit avoir **réduit** sa consommation d'écran depuis la fin du défi (79%),

et souhaitent que celui-ci soit **reconduit** par l'école (68%).

Le fait qu'un tiers d'entre eux ne le souhaite pas (33%) suggère que l'exercice de déconnexion proposé est difficile et nécessite une préparation suffisante.

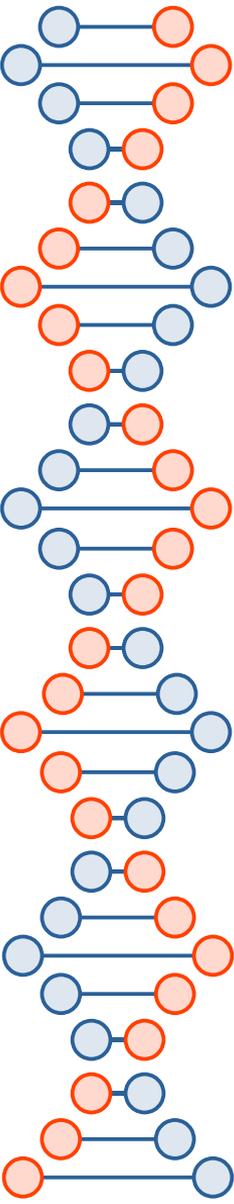


# Bilan du défi collectif 2021

## Points saillants : Élèves

La grande majorité des élèves a jugé l'expérience significativement **utile** (83%), dit avoir **réduit** sa consommation d'écran depuis la fin du défi (79%), et souhaitent que celui-ci soit **reconduit** par l'école (68%).

Le fait qu'un tiers d'entre eux ne le souhaite pas (33%) suggère que l'exercice de déconnexion proposé est difficile et nécessite une préparation suffisante.



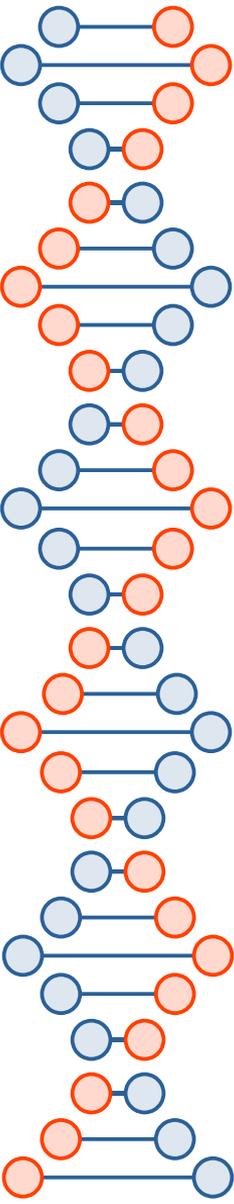
# Bilan du défi collectif 2021

## Points saillants : Enseignants

Du côté des enseignants, 100% des répondants ont jugé l'expérience significativement **utile**,

et 96% d'entre eux ont jugé que les **profits** retirés par les élèves étaient significativement importants.

92% des enseignants jugent l'énergie requise par le défi **rentable** pédagogiquement.



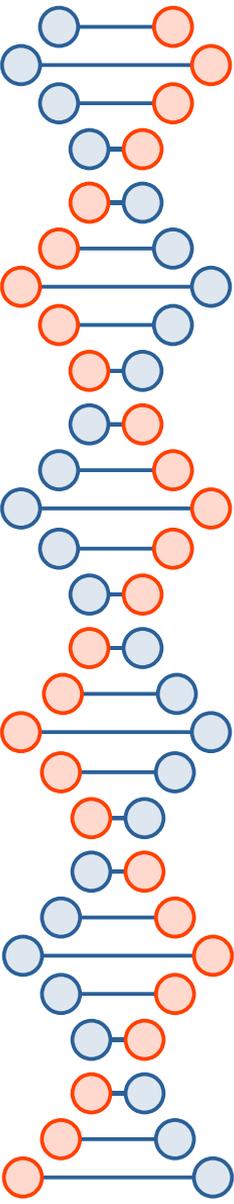
# Bilan du défi collectif 2021

## Points saillants : Enseignants

**80%** pensent que le défi améliore la **santé** et le **bien-être** des élèves.

**80 %** pensent qu'il aiguise leur **sens critique**.

**72%** estiment que le défi a **rapproché** les membres de l'équipe école, rapproché les parents de l'école (64%), augmenté le **rayonnement** de l'école (56%) et amélioré la **relation** des élèves avec eux (56%).



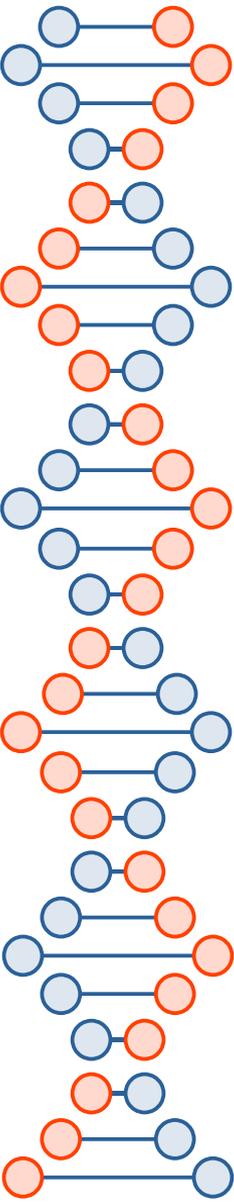
# Bilan du défi collectif 2021

## Points saillants : Autres bénéfices perçus

### Santé et bien-être :

74% des enfants et 54% des parents disent avoir fait significativement **plus de sport et d'activité physique** pendant le défi.

Pour 57% des parents, et 80% des enseignants, le défi **amélioré la santé et le bien-être des élèves.**



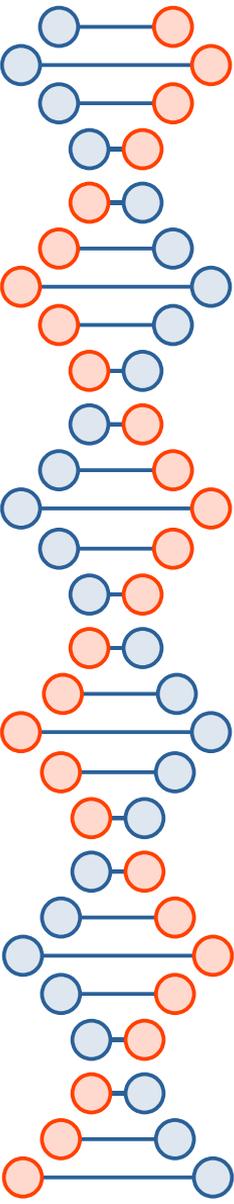
# Bilan du défi collectif 2021

## Points saillants : Autres bénéfices perçus

### *Vivre ensemble :*

67% des enfants et 53% des parents déclarent avoir passé **plus de temps en famille.**

60% des élèves, 44 % des parents et 37% des enseignants déclarent que les enfants étaient de **meilleure humeur**, et 36% des parents notent une **diminution significative des disputes parents-enfants**, 37% une amélioration significative de **l'aide fournie à la maison.**



# Bilan du défi collectif 2021

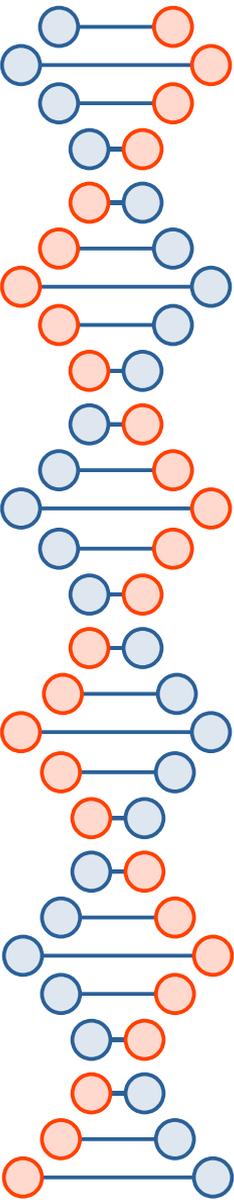
## Points saillants : Autres bénéfiques perçus

### *Commentaires :*

Cette évaluation nous montre que le défi suscite beaucoup d'**enthousiasme** et d'**engagement** de la part des élèves, des parents et des enseignants.

Il est jugé significativement **utile** par la très grande majorité des personnes interrogées.

Et les résultats suggèrent que le défi a réellement une **influence** dans les **habitudes de vie** des élèves, **mais aussi du foyer.**

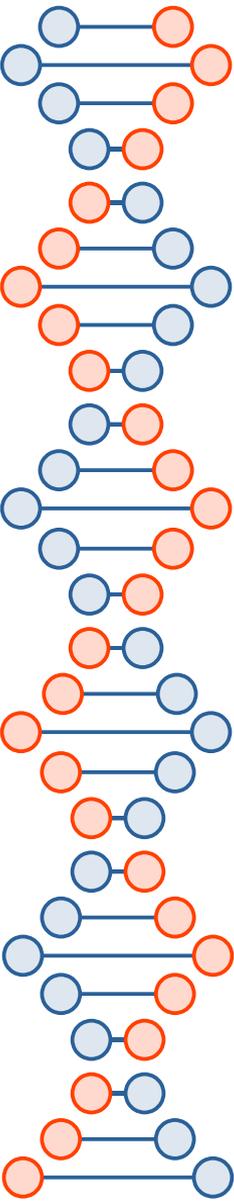


# Bilan du défi collectif 2021

**Points saillants : Autres bénéfiques perçus**

***Commentaires :***

Les élèves, les parents et les enseignants en perçoivent des bénéfiques dans le domaine de la **santé** et du **bien-être** des élèves, du **vivre ensemble** et du **regard critique** des élèves face aux écrans de loisirs.

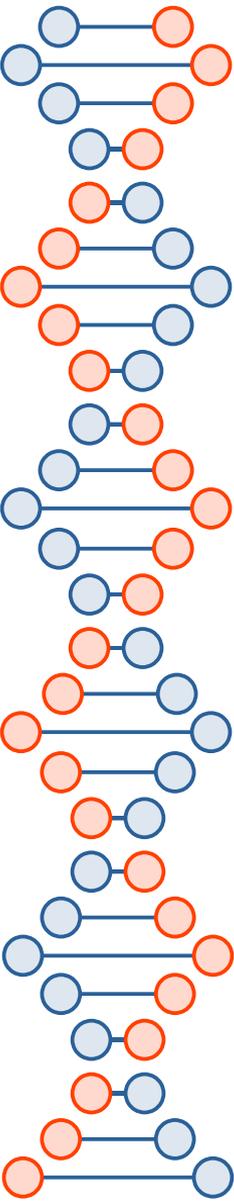


# Bilan du défi collectif 2021

## Points saillants : Autres bénéfiques perçus

### *Commentaires :*

Les résultats montrent aussi que l'exercice auquel on soumet les élèves est **très difficile** (1/3 ne souhaite pas renouveler l'expérience alors que 83% d'entre eux a trouvé l'expérience utile) et mérite une **préparation soignée** avant de proposer aux élèves de le relever.

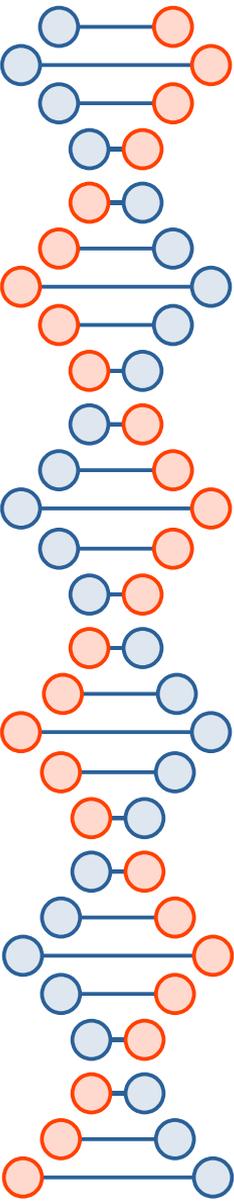


# Bilan du défi collectif 2021

## Points saillants : Autres bénéfices perçus

### *Commentaires :*

Ces résultats nous font dire que le défi, alors qu'il touche aux habitudes familiales et à l'organisation intime du foyer, est un exercice **favorablement accueilli** par la très grande majorité des participants.



# Défi collectif 2022

**Du 7 au 16 juin 2022**

Inscription au bulletin d'information :

[10jourssansecrets.org/newsletter/](https://10jourssansecrets.org/newsletter/)