

Défi sans écran

du 18 au 28 mai
2026



Concocté par l'association :

**À L'ASSO
DES ÉCRANS !**

TOUS ENSEMBLE, C'EST PLUS FACILE !

plus de 2000 élèves se lancent dans le
défi en Uzège




Contact: alassodesecrans@gmail.com


DÉFI SANS ÉCRANS!


du 18 au 28 mai 2026

Lundi 18 mai


 **Initiation escalade**, 16h30 - 19h30
Halle des Sports Jean-Louis Trintignant


"Comment s'occupaient les enfants avant les écrans"


 Visite guidée gratuite "Les loisirs d'autrefois", 17h-17h45,
Musée Borias, Uzès

 **Initiation au Kung-Fu**, 17h30-19h, Collège St Firmin

Mardi 19 mai

 **Goûter et atelier "zentangle" (yoga-dessin)**, 16h30
Les Petites Mains, Avenue du Général Vincent, Uzès


 **Atelier bricolage**: créé une boîte de rangement des téléphones et des écrans de toute la famille pour encourager la déconnexion, 16h30 à 18h, à la Médiathèque d'Uzès

 **Initiation aux échecs** avec l'Asso La Dame d'Uzès, à partir de 10 ans, 17h-19h, chez Amande and Co, Les Amandiers, Uzès


Conférence "Grandir à l'ère du numérique", en présence de Patrick Ben Soussan (pédopsychiatre), Sophie Marinopoulos (psychanalyste) et Philippe Bouteloup (musicien)
19h, L'Ombrière, gratuit sur réservation: billetterie.lombriere.fr


Mercredi 20 mai


 **Lecture de contes**, à partir de 4 ans, 10h30, Médiathèque d'Uzès


 **Journée multisports, 10h30-16h - Stade Rancel**
Initiation foot 5 à 15 ans, 10h30-12h / 13h-15h
Initiation handball 5 à 8 ans, 13h-14h30 et 9 à 15 ans, 14h30-16h
Initiation athlétisme 5 à 15 ans, 14h-15h30
Sur réservation auprès de Sandra Huido 06 16 01 52 77

 **Lecture**, 4-7 ans, 15h, Librairie de la Place aux Herbes, Uzès


 **Atelier "36 heures à la Rédac" avec Radio Fuze**, 12 ans et +
Les participants sont invités à se glisser dans la peau de jeunes reporters pour enquêter, recueillir des informations et construire ensemble un mini reportage, 15h, Médiathèque d'Uzès


 **Initiation basket**, 16h45-18h15, Stade Pautex, Uzès


 **Initiation rugby**: 15h pour les 6/10 ans, 18h30 pour les 11/16 ans, Stade de Rugby, Chemin de la rabade, Saint-Quentin-La-Poterie


 *"Comment s'occupaient les enfants avant les écrans"* Visite guidée gratuite
"Les loisirs d'autrefois", 17h-17h45, Musée Borias, Uzès

Jeudi 21 mai

 **Ludothèque & Atelier de fabrication de marque-pages**
16h30-18h, Médiathèque d'Uzès


 *"Comment s'occupaient les enfants avant les écrans"* Visite guidée gratuite
"Les loisirs d'autrefois", 17h-17h45, Musée Borias, Uzès


 **Initiation au Kung-Fu**, 17h15-18h45, Centre Social Intercommunal, Saint-Quentin-La-Poterie

 **Concert du groupe pop-rock ado** de l'Atelier Musique Actuelle de l'école de musique d'Uzès, sous la direction de Jean-Pierre Laval, 18h15, gratuit, Médiathèque d'Uzès.


Vendredi 22 mai


 **Portes ouvertes Radio Fuze**, 16h30, Mas Careiron, Uzès


 **Kamishibai** (théâtre de papier japonais) pour tous, 17h
Médiathèque de Montaren-et-Saint-Médiers


 **Bowling avec l'association l'Aphyllanthe**, gratuit pour les - 18 ans sinon 6,50€. Offre limitée à 30 places.
Inscriptions au 04 66 22 10 20 ou admin@aphyllanthe.fr
RDV à 19h au Bowling Laser Game, Uzès


Samedi 23 mai

 **Journées portes ouvertes Aéro Club Uzès : de 9h à 16h**
visites guidées, simulateurs de vols, modélisme et découverte avec le club d'astronomie, Aérodrome Uzès-Belvezet

 **Mai à Vélo en Pays d'Uzès, organisé par la CCPU, de 9h à 12h**
Démonstration du Woodybus avec une navette marché de St Quentin la Poterie à Uzès, atelier réparation vélo par l'ARRU, essai Vélo à Assistance électrique de la CCPU, tour de ville en vélo avec l'Uzès Vélo Club, essai véhicules électriques et autopartage avec le CSIPMF et de nombreuses animations autour du vélo.
RDV sur l'Esplanade à Uzès

 **Atelier photo "Ce que je vois quand je lève les yeux"** animé par Fanny Jorda Iniguez, sur inscription au 04 28 70 13 34,
9h30-12h, Médiathèque de Saint-Quentin-La-Poterie


 **Atelier dessin "Dessine ton monde sans écran"**, 11 ans et + sur inscription au 04.66.03.02.03,
10h à 12h, Médiathèque d'Uzès


 **Atelier "36 heures à la Rédac" avec Radio Fuze**, à partir de 12 ans : les participants sont invités à se glisser dans la peau de jeunes reporters pour enquêter, recueillir des informations et construire ensemble un mini reportage, 10h, Médiathèque de Belvezet

 **Lecture**, pour les 4-7 ans, 11h, Librairie de la Place aux Herbes, Uzès


À partir de 14h, tous au Parc du Duché!

Après-midi spectacle, jeux et animations de 14h à 17h


 **Ludothèque** mobile et permanence "Les Pâtes au Beurre"


 **14h30** : Lecture et atelier créatif autour de l'album *Loupé !* de Christian Voltz

 **15h30** : **Spectacle théâtre de rue « Équivalent quatre Pieds » - Cocasse Cie** (cirque - entrée gratuite).


 **16h30** : Atelier d'initiation aux percussions corporelles animé par les artistes de la Cocasse Cie,
Places limitées sur inscription avant le 22 mai au 04 30 08 24 03

Dimanche 24 mai


 **Journées portes ouvertes Aéro Club Uzès : de 9h à 16h**
visites guidées, simulateurs de vols, modélisme et découverte avec le club d'astronomie, Aérodrome Uzès-Belvezet

 **Karoké** avec l'association l'Aphyllanthe, à partir de 20h
entrée gratuite, Foyer d'Aigaliers




Lundi 25 mai


 **Piscine du Pays d'Uzès**, 9h-13h
Entrée gratuite sur présentation du livret de bord


Mardi 26 mai

 **Initiation aux échecs** avec l'Asso La Dame d'Uzès, à partir de 10 ans, 17h-19h, chez Amande and Co, Les Amandiers, Uzès

Mercredi 27 mai

 **Journée des enfants et des familles**, 10h-17h
Dans le cadre du Festival "Mots d'enfants, Mains d'artistes"
 Lectures pour tout-petits et bébés, 10h-11h
 Ateliers d'écriture, calligraphie, kamishibai, sieste littéraire
En partenariat avec l'Abrix Bar, Bibliothèque de Vallabrix

 **Grand nettoyage des berges de la Vallée de l'Eure, 10h-12h**
Le Haras d'Uzès, en partenariat avec le SICTOMU, vous propose un grand ramassage de déchets avec véhicule hippomobile, avec les enfants participants encadrés par leurs parents. Pour remercier les enfants, une balade en attelage est offerte de l'autre coté du pont de singe. À 12h, les participants sont invités à partager un moment convivial. Pensez à apporter votre pique-nique.
Gratuit - Limité à 50 places
Inscription obligatoire auprès de l'Office du Tourisme - 04 66 22 68 88

 **Balade contée**, "Une aventure magique au coeur de la nature" pour les 6/10ans
14h30-16h30, sur réservation avec le QR Code, places limitées à 25 enfants
Cette balade est offerte par l'Office de Tourisme Pays d'Uzès Pont du Gard. Pendant deux heures, guidés par Loïc Bernard, éco-acteur et animateur nature passionné, les enfants partent pour une exploration sensorielle et imaginaire dans la vallée de l'Eure, à la découverte des secrets de la nature environnante à travers contes, légendes et petites expériences ludiques.