le mensuel urbain des familles

Grains de sel

n° 154
novembre 2020

Dix idées reçues sur l'usage des écrans

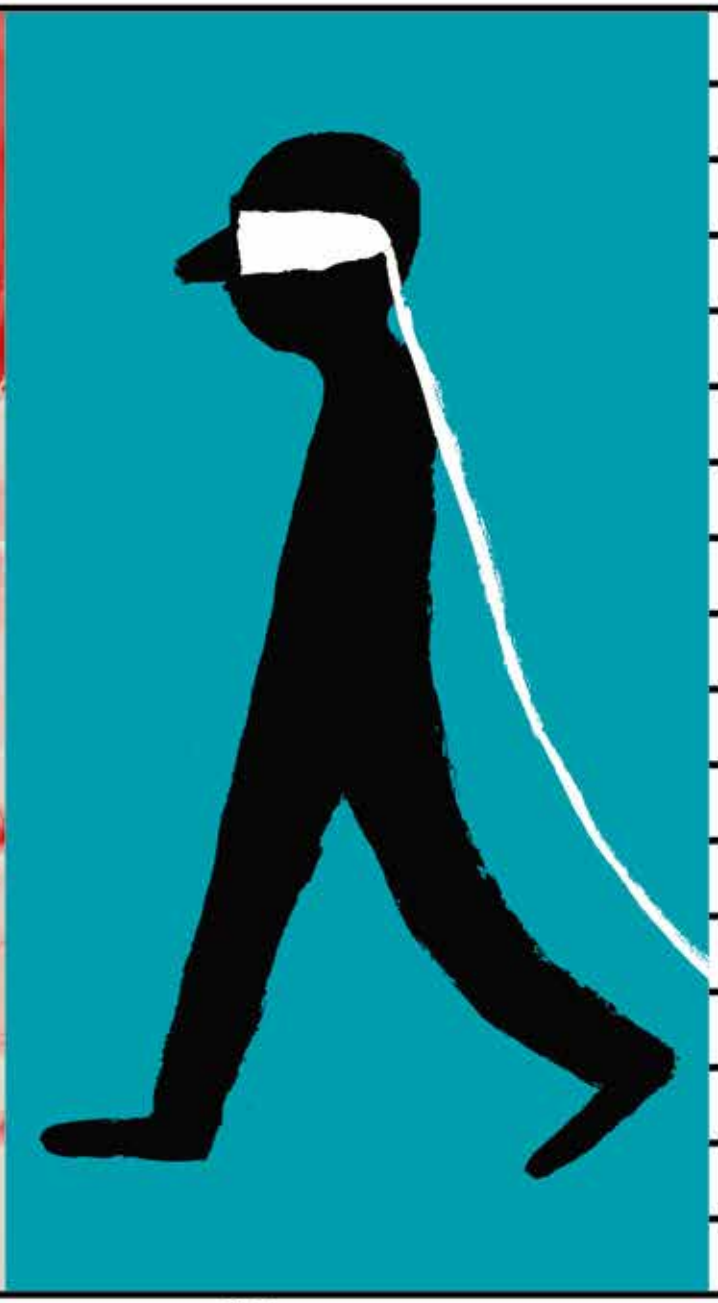
SORTIES
Cinq parcs pour s'évader près de chez soi

EXTRA
Un coloriage pour occuper les enfants

PORTRAIT
L'historienne Valérie Portheret

C'EST NOUVEAU
Les Ateliers de l'Horloge, Tassin-la-Demi-Lune

Le macLYON présente deux expositions : 400 dessins d'Edi Dubien
et des créations et des œuvres des collections mac | mba sur le déplacement.



Edi Dubien, *L'homme aux mille natures*
Comme un parfum d'aventure

7.10.20-3.01.21

mac LYON

Edi Dubien, *Être enfin pour toujours*, 2020. Courtesy de l'artiste et Galerie Alain Gutharc, Paris © Adagp, Paris, 2020

Illustration : Jean Jullien. Courtesy de l'artiste et Galerie Slika, Lyon

VILLE DE LYON · Culture · Inrockuptibles · nova 89.8 FM

www.mac-lyon.com

© Claire Agnelli

Clarisse Bioud
Rédactrice en chef
cbioud@grainsdesel.com

Petit mais costaud

Bien moins dodu que d'habitude, c'est un drôle de numéro de *Grains de Sel* que vous avez là. L'annonce du reconfinement par le Président de la République la veille de notre date de bouclage initiale a imposé à notre petite équipe de revoir la pagination et le contenu du magazine qui était, à ce moment-là, quasiment finalisé. Avec la fermeture des salles de spectacles et des musées, l'annulation des événements et des activités pour les enfants, ainsi que le retour du kilomètre autorisé pour mettre le nez dehors, une grande part de nos articles devenaient en effet caducs. Il a donc fallu, le cœur triste, supprimer des pages, ou du moins les mettre de côté – « au frigo », comme on dit dans notre jargon journalistique – pour les publier quand la vie normale reprendra. Le mois prochain, on croise les doigts. Mais dans la foulée, il a fallu aussi repenser le reste du magazine pour coller au maximum à l'actualité et répondre à vos attentes de parents. Vous pourrez ainsi lire un dossier sur l'usage des écrans par les enfants et les vraies fausses idées que, nous les adultes, nous nous en faisons, l'interview de la psychanalyste lyonnaise Suzanne Lecaux-Hachon sur la façon d'accompagner nos enfants en cette rentrée encore plus compliquée que celle de septembre sur le plan sanitaire et sécuritaire, mais aussi des idées de jeux de société et de livres à commander en *click and collect* dans vos magasins et librairies indépendants, un film à voir en famille en VOD et une recette délicieusement chocolatée pour contrer le mauvais sort du confinement. Et comme le temps risque de paraître longuet à nos chérubins confinés les soirs et les week-ends de ce mois de novembre, notre illustratrice Camille Gabert leur a concocté un grand coloriage dragonesque sur lequel ils pourront s'en donner à cœur joie avec leurs feutres de toutes les couleurs. Oui, vous avez là un drôle de numéro de *Grains de Sel*. Mais ne vous fiez pas aux apparences : s'il est d'allure maigrichonne, son contenu est lui, plutôt costaud.

°154

Où trouver Grains de Sel ?

Avec *Tribune de Lyon*, le premier jeudi de chaque mois, en vente dans tous les kiosques de presse de l 'agglomération lyonnaise.

Dans les points de distribution habituels : boulangeries, supérettes de quartier et pharmacies / théâtres, musées, cinémas, bibliothèques, médiathèques, centres culturels, ateliers d'arts plastiques ou de loisirs pour enfants / mairies, offices du tourisme, bureaux d'information jeunesse, maisons de l'enfance, ludothèques / boutiques de vêtements, de jouets ou de chaussures / librairies dont le réseau des librairies indépendantes / boutiques bio / bars, restaurants, brasseries et salons de thé.

www.grainsdesel.com

Les immanquables de la rédaction
Des bons plans et des invitations à gagner
Un agenda complet

Édité par Rosebud SARL,
10 rue des Marronniers CS 40215 69287 Lyon Cedex 02
Tél. 04 81 91 67 65 • Fax : 04 72 44 92 04
www.grainsdesel.com

Directeur de la publication :
François Sapy, fsapy@tribunedelyon.fr

Directrice générale déléguée : Stéphanie Liogier

Rédactrice en chef : Clarisse Bioud, cbioud@grainsdesel.com

Coordinatrice et assistante de rédaction : Gaëlle Guitard, gguitard@grainsdesel.com

Photographe (Une) : Susie Waroude

Cheffe de publicité et partenariats :
Laëtitia Barras, lbarras@grainsdesel.com - 06 74 35 11 40
A collaboré à ce numéro : Pascale Bodet.

Responsable commerciale :
Fabienne Gaudin, fgaudin@tribunedelyon.fr

Responsable marketing digital : Marie-Solange Chastenet
Community Manager : Clémence Delorme, cdelorme@tribunedelyon.fr

Rédaction : Clarisse Bioud, Romain Desgrand, Sonia Ezgulian, Gaëlle Guitard, Elodie Joly, Véronique Lopes, Maxime Pechkechian, Thomas Périllon, Caroline Sicard.

Illustratrice : Camille Gabert

Graphiste relectrice : Anne de Lagonde

Responsable administratif et financier : Maëlle Doligez

Dépôt légal à la parution. ISSN 1299-3220

Impression : Imprimerie Chirat - Saint-Just-La-Pendue (42)
Tirage : 45000 exemplaires
Origine du papier: Italie. Papier certifié PEFC 100%

Diffusion : Camille Chrysotome, abonnement@tribunedelyon.fr

Supplément gratuit à *Tribune de Lyon*.

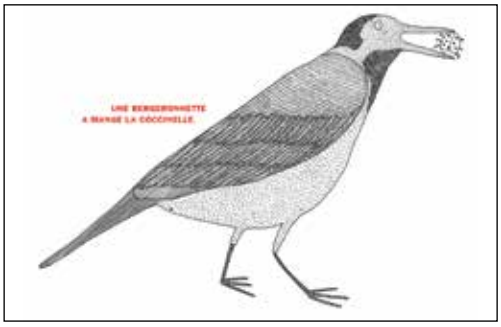
Toute reproduction, textes et créations graphiques, est strictement interdite.
Ne pas jeter sur la voie publique.

p-a-n-o-r-a-m-a
Les rendez-vous de novembre

© DR

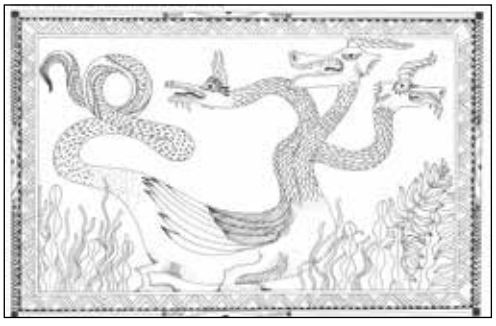
Livre, jeu, gourmandises…
Tous nos bons plans de novembre

PÊLE-MÊLE/ P.6


© DR

Quoi de neuf chez les libraires ?

LIVRES/ P.9


© Camille Gabert

Le dragon à trois têtes à colorier
de toutes les couleurs

COLORIAGE / P.18

© DR

Jouer les superstars

SHOPPING / P.20

© Collection Klarsfeld

L'historienne Valérie Portheret,
auteure de *Vous n'aurez pas les enfants*

PORTRAIT / P.24

© Camille Gabert

Accompagner les enfants en ces
temps troublés : l'éclairage de la
psychanalyste Suzanne Lecaux-Hachon

SOCIÉTÉ/ P.26

© Camille Gabert

Halte à dix idées reçues sur les écrans

DOSSIER / P.10

© DR

S'évader tout près de chez soi

SORTIES / P.22

© DR

Jack, avec Robin Williams

CINÉ-CLUB / P.28

s-o-m-m-a-i-r-e

01 — En couverture
merci à Alvar et Sadi photographiés par Susie Waroude
un grand merci à l'artiste Britt Tam (@britttam67)

06 — Actus et infos pêle-mêle
shopping, livre, jeu, gourmandises

08 — Jeux
les coups de cœur du magasin Le monde en jeux, Villeurbanne

09 — Livres
la sélection de la librairie L'Esperluette, Lyon 5e

10 — Dossier
les enfants et les écrans : halte à dix idées reçues !

16 — C'est mon droit
le droit au repos, au jeu et aux loisirs

18 — Coloriage
le dragon à trois têtes, par Camille Gabert

20 — Shopping
tout pour faire sa superstar

22 — Sorties
cinq parcs pour s'évader tout près de chez soi

24 — Portrait
l'historienne Valérie Portheret, auteure de *Vous n'aurez pas les enfants*

26 — Société
comment accompagner nos enfants en cette période troublée ? L'interview de Suzanne Lecaux-Hachon, psychanalyste

28 — Mon ciné-club
Jack, de Francis Ford Coppola

30 — La cuisine de Sonia
douceur au chocolat et autres pépites gourmandes

32 — C'est nouveau
Les Ateliers de l'Horloge à Tassin-la-Demi-Lune

33 — Les P'tits jeux
trouvez le mot mystère pour libérer la princesse

34 — BD Mystères et légendes
l'huissier au cœur de pierre

Par Clarisse Bioud

SHOPPING
En attendant Noël

L'auteure illustratrice et *street artist* lyonnaise Lucie Albon signe pour les fêtes de fin d'année, un partenariat avec le chocolatier stéphanois Weiss. Dans les tonalités feutrées de l'hiver, elle décore de ses personnages aux airs de lutins non seulement des tablettes de chocolat, mais aussi un calendrier de l'Avent dont les cases, une fois ouvertes, apprennent aux enfants à dire bonjour dans une autre langue (en zoulou, en thaï…) ou offrent des « bons pour » faire une blague, regarder les étoiles ou planter une graine. Les 24 chocolats à découvrir ont tout pour plaire aux petites papilles : rochers au chocolat au lait et noir, palets or chocolat au lait et blanc, napolitains lait riz soufflé… Vivement le 1er décembre!

Calendrier de l'Avent Weiss x Lucie Albon : 20,90€. En vente chez Weiss, 50 rue de Brest, Lyon 2e et sur chocolat-weiss.fr

SHOPPING
Porter la culotte

Pour une jeune fille, l'arrivée des règles marque un temps fort souvent perturbant dans sa vie quotidienne, entre l'école et les activités sportives. La marque lyonnaise Loop, créée par Morgane Tireau, a imaginé en plus de trois modèles pour femmes, une ligne de culottes menstruelles spécialement dédiées aux adolescentes et leurs premières règles. Aussi jolie qu'une culotte de lingerie classique, la First Loop est réalisée dans une matière douce à porter, absorbante et respirante, qui lui permet de se faire oublier toute la journée ou toute la nuit (12h). Une alternative saine et écologique aux autres modes de protection hygiénique.

Culotte First Loop, coloris noir ou corail, tailles 12, 14 et 16 ans : 26€. Pack First Loop (3 culottes au choix, BD pédagogique sur les règles et pochette) : 74,90€. En vente sur herloop.com

© DR

LIVRE

Bande de chipies

Si vos enfants sont friands des aventures de *Mortelle Adèle* d'Antoine Dole, ils vont adorer lire les portraits de ses *Petites Filles cruelles,* elles non plus jamais à court de grosses bêtises et de pensées assassines. Faire cuire son cochon d'Inde sur le barbecue, penser que ses parents ne servent à rien à part être vieux, cacher son amoureux dans le congélo, hacher menu sa petite sœur… Paulina, Charlotte, Sidonie et leurs copines rivalisent d'originalité et de machiavélisme pour pimenter leur quotidien, en affichant d'adorables minois dessinés par Caroline Hüe. Comme à son habitude, l'illustratrice lyonnaise prend un malin plaisir à disséminer une foule de détails très drôles dans ses images. Un régal.

Petites Filles cruelles, d'Antoine Dole et Caroline Hüe, éditions Talents Hauts. 40 pages. 14,90€. Points de vente sur chez-mon-libraire.fr

GOURMANDISES

Petites douceurs en livraison

Breaking news ! On a trouvé le meilleur remède au confinement ou, du moins, une manière de le rendre plus doux et surtout plus gourmand. Guillemette Auboyer, créatrice de délicieux gâteaux à base de produits de qualité, propose de les commander sur son site au plus tard le mercredi soir, pour se faire livrer le vendredi dans une petite sélection de boutiques lyonnaises (Silly et Billy dans le 6e ; Violette et Berlingot dans le 2e, etc.). Cookies aux pépites de chocolat, fourrés au beurre de cacahuète ou au praliné de noix de pécan, brownies, petits gâteaux de type sablés, amaretti ou shortbreads, à la pièce ou en assortiment, mais encore cakes et banana breads entiers : le plus difficile sera de choisir parmi ce chariot de desserts, celui – ou plutôt ceux – dont on voudra se régaler en famille.

Quelques tarifs : cookies 2,20€ ou 2,50€ pièce (10€ ou 11€ les 5) ; amaretti 1€ pièce (18€ les 20) ; cakes ou banana breads de 10-12 parts 27€.
Commande et points de livraison sur chezguillemette.fr

JEU

Pour la liste au Père Noël

À la croisée de l'abonnement littéraire et de l'*escape game*, les enquêtes En Cavale permettent aux enfants de 7 à 12 ans de recevoir, dans leur boîte aux lettres, des missions d'espions à exécuter à la maison, sans avoir besoin du moindre écran. Après les avoir immergés en pleine nature puis dans l'immensité des fonds marins, En Cavale leur a concocté une nouvelle aventure qui met le cap sur l'espace. Co-écrite par l'astronaute Jean-François Clervoy, l'Opération Atlas est en précommande sur leur site, avec un tarif préférentiel et la garantie de recevoir la box au pied du sapin le 24 décembre. Pour en avoir un avant-goût, n'hésitez pas à télécharger l'entraînement gratuit « la tête dans les étoiles » : il est gratuit ! Une bonne idée pour occuper les week-ends de ce mois de reconfinement.

Box Opération Atlas des éditions En Cavale (7-9 ans et 10-12 ans) en précommande jusqu'au 22 novembre, au prix de 40€ au lieu de 50€ pour deux mois d'abonnement. Entraînement gratuit à télécharger sur en-cavale.fr/entrainement-gratuit-espace/

© DR

Par Maxime Pechkechian

À quoi on joue ?

Renaud Vernet et Valentin Demion, de la boutique Le monde en jeux, nous présentent leurs coups de cœur.

À PARTIR DE 4 ANS

Roulapik

Des petits hérissons avancent dans la forêt en quête de champignons, de pommes et de feuilles pour remplir leur estomac. On jette une balle en scratch pour attraper des aliments, avec un maximum de délicatesse : si l'on attrape plus de quatre pièces, le tour est fichu ! Une fois que la balle a roulé, on récupère les éléments pour les déposer dans un ordre bien précis et progresser jusqu'à la maison. Il faut faire attention au renard, qui s'avance à chaque tour : s'il attrape un joueur, tout le monde perd la partie ! Un jeu de plateau modulable qui peut se pratiquer en mode coopératif mais aussi compétitif sous forme de course de hérissons.

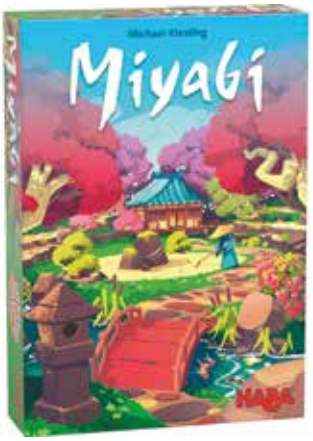
Roulapik, Gigamic.
Durée de jeu : 10 minutes. 1 à 4 joueurs.
26 €.

À PARTIR DE 8 ANS

Miyabi

Le dernier bijou en date du célèbre auteur Michael Kiesling donne discrètement des billes pour progresser en calcu ! Pour gagner des points, chacun essaie de construire son propre jardin japonais en plaçant des petites tuiles de différentes formes, à tour de rôle, sur un petit plateau. Le jardin est quadrillé par des colonnes et des lignes définies par différents symboles : un buisson, un cerisier, des poissons ou encore des petites maisons… Avant de placer la tuile, on s'assure que le symbole correspond à une ligne du plateau ; il faut penser ses coups à l'avance car poser des tuiles amène à bloquer des colonnes. Rapide à maîtriser, le jeu peut se pimenter grâce aux diverses extensions déjà incluses.

Miyabi, Haba.
Durée de jeu : 45 minutes.
2 à 4 joueurs. 35 €.



À PARTIR DE 10 ANS

Harry Potter : Bataille à Poudlard - Défense contre les forces du mal

Un très joli design qui nous plonge dans l'univers d'*Harry Potter*. Après avoir choisi l'une des grandes maisons de Poudlard, l'objectif est de faire reculer son adversaire dans un combat en face à face. Quand un joueur se retrouve en dehors de la piste, une nouvelle manche commence mais les munitions restent les mêmes : il faut donc construire son tas de cartes au fur et à mesure de la partie et collectionner les sorts, les malédictions, les alliés et les objets magiques pour remporter le duel. Un jeu très immersif et respectueux de l'univers de la saga.

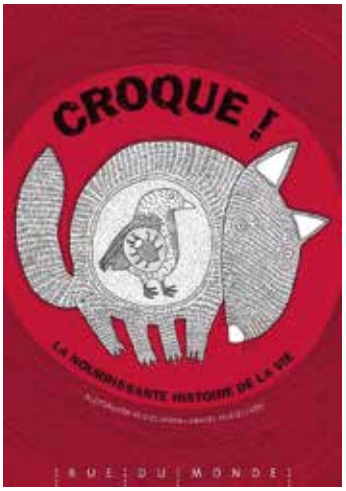
Harry Potter : Bataille à Poudlard Défense contre les forces du mal,
The Op. Durée de jeu : 45 minutes.
2 joueurs. 26 €.

Le monde en jeux, 38 rue Michel-Servet, Villeurbanne. Hors confinement : ouvert du mardi au samedi de 10h à 12h30 et de 14h à 19h.
Pendant le confinement : commande possible au 04 72 31 84 91 et à le.monde.en.jeux@gmail.com, puis retrait en magasin les mardi, jeudi et samedi de 10h à 12h30.

Par Clarisse Bioud

Quoi de neuf chez les libraires ?

Xavier Robert, de la librairie l'Esperluette, nous présente ses coups de cœur.



POUR LES 3-5 ANS

Croque ! La nourrissante histoire de la vie

Ce très bel album documentaire, qui fête cette année ses 10 ans, n'a pas pris une ride! Il raconte aux tout-petits le cercle vertueux de la chaîne alimentaire, à travers quelques mots et des dessins très graphiques d'animaux réalisés au feutre noir. La fleur est mangée par le puceron, lui-même mangé par la coccinelle, elle-même mangée par… À condition qu'aucun humain ne vienne interrompre cette « *fabuleuse histoire de la vie* ». Au fait, saviez-vous que le grand-duc mange sans difficulté les piquants du hérisson ?

Croque ! La nourrissante histoire de la vie, de Aleksandra Mizielinska et Daniel Mizielinski, éditions Rue du Monde, 17,50€.

POUR LES 8-10 ANS

Olga et le cri de la forêt

Voici un livre 100% lyonnais, par son auteure, Laure Monloubou, et sa maison d'édition, Amaterra, qui place son intrigue entre le conte et le roman à suspens, avec une pointe de poésie. Olga vient d'emménager dans une maison biscornue. Alors qu'elle décolle le vieux papier peint du mur, elle découvre une toute petite porte fermée à clef à travers laquelle quelqu'un semble vouloir communiquer. Dans le même temps, les parents d'Olga, partis se promener dans la forêt voisine, ne sont toujours pas rentrés… Petite précision : les oreilles de la jeune héroïne ne fonctionnent pas. Un handicap qui va se révéler un atout pour résoudre ces mystères en pagaille.

Olga et le cri de la forêt, de Laure Monloubou, éditions Amaterra, 13,90€.

DÈS 10 ANS

Verte et les oiseaux

Même si l'auteure turque antimilitariste et féministe Pina Selek, exilée en France, signe ici son premier conte pour enfants, il peut tout autant plaire aux adultes. Elle nous raconte l'histoire de Verte et sa grand-mère qui parlent le langage des oiseaux. Une aubaine pour les humains, mais une catastrophe pour les volatiles qui craignent pour leur sécurité et leur liberté. Heureusement, Verte et Mamie Terre ne leur veulent aucun mal et, comprenant leurs peurs, vont les aider. Cette histoire d'amitié et d'entraide, illustrée par des linogravures épurées, donne l'occasion de discuter en famille du juste équilibre à trouver dans le rapport avec la nature.

Verte et les oiseaux, de Pinar Selek, illustrations d'Elvire Reboulet, éditions des Lisières, 15€.

Librairie L'Esperluette, 44 rue de Trion, Lyon 5e. Hors confinement, ouvert du mardi au samedi de 10h à 19h30. Tél. 09 88 34 33 72.
Facebook: @librairie.esperluette.lyon. Pendant le confinement, commande de livres possible sur le site chez-mon-libraire.fr puis retrait à la librairie.

Par Gaëlle Guitard et Clarisse Bioud • Illustrations : Camille Gabert

ENFANTS ET ÉCRANS : HALTE AUX IDÉES REÇUES

En une génération, tout a changé. Les enfants d'aujourd'hui se familiarisent tôt avec les écrans. Smartphone, tablette, télévision, console de jeux font partie de leur quotidien, à la maison ou à l'école. Faut-il s'en inquiéter ou au contraire y voir une opportunité d'enrichir leur savoir et de développer leurs relations sociales ? Une spécialiste du numérique, une psychologue et des enfants, principaux concernés, donnent leur avis sur dix idées reçues.

L'épisode du premier confinement, au printemps dernier, a démontré à ceux qui en doutaient encore que les écrans n'étaient pas que nocifs ou dangereux. Ils ont permis aux enfants de garder le lien, non seulement avec la famille et les amis, mais aussi avec leurs enseignants, nombreux à utiliser Internet pour échanger avec leurs élèves et proposer des exercices. « *Notre maîtresse a mis en place un padlet. On trouvait tout dessus, des vidéos, les dictées…* », se souvient Yasmina, élève de CM1/CM2*. Mais de nombreuses idées reçues ont la vie dure dans l'esprit des parents. Sont-elles toutes à jeter à la corbeille ?

1- Les enfants sont passifs devant les écrans

NON

Devant un écran, tous les enfants semblent hypnotisés. Or, l'enfant ne fait pas que regarder : il est en train de jouer, de s'informer, de réviser une leçon, de partager des vidéos ou des photos, d'écrire un commentaire… Ses activités sont nombreuses. « *Jouer à des jeux éducatifs ou interactifs ne va pas solliciter le cerveau de la même façon qu'un dessin animé, devant lequel l'enfant sera forcément plus passif* », précise Souad Cousinier-Lazaar, psychologue clinicienne spécialisée en psychotraumatisme à Lyon. Dorie Bruyas, directrice de l'association Fréquence Écoles, programmatrice de l'événement Super Demain** et créatrice du site Le Super Media (*lire encadré*), ajoute : « *Un jeu vidéo oblige à prendre des décisions rapidement, l'enfant est physiquement en tension, sur-concentré. Devant un dessin animé, il vit aussi une expérience, les stimuli auditifs et visuels sollicitent son cerveau. Contrairement à ce que l'on croit, ça ne repose pas du tout. C'est pour cela qu'après, il a besoin de vider son sac, de courir partout, de se bagarrer comme les personnages, pour s'approprier ce qu'il a vu.* »
Le flux d'images peut être source d'inspiration comme d'angoisse et d'incompréhension. Il est d'ailleurs conseillé de visionner le film ou la vidéo en même temps que l'enfant, voire en amont, afin de s'assurer qu'aucune image ne puisse le heurter, et de le questionner après sur ce qu'il a compris et ressenti pour tirer profit de cette expérience.

2- Le numérique rend paresseux

NON

Si les enfants peuvent être amenés à s'en servir pour l'école, en faisant des recherches dans le cadre d'un exposé par exemple, l'écran est avant tout pour eux un loisir. Du côté des parents, on aurait donc tendance à penser qu'ils perdent leur temps. Or cet aspect ludique peut, au contraire, les motiver à apprendre d'une autre manière, voire à redécouvrir... le livre. « *L'écran n'a jamais empêché un enfant de lire, même si un livre sans images demande un effort et peut en décourager certains*, note Dorie Bruyas. *Parfois les ados lisent un manga découvert à la télé, ou* Harry Potter *parce qu'ils ont aimé le film. La question c'est aussi : est-ce que les parents lisent ? Si les enfants les voient lire, ils le feront plus spontanément.* »

• • •

• • •

On pourrait aussi penser que les assistants vocaux, comme Alexa, vont transformer nos enfants en gros fainéants. Mais en vérité, ils les obligent à formuler leur requête de façon intelligible et précise. En outre, maîtriser les mondes numériques conduit les préados à développer leur créativité de manière incroyable : montages vidéo, infographie… Des compétences techniques et artistiques qui laissent parfois les adultes pantois.

3- Le numérique nuit au développement des enfants

NON

Pour développer sa réflexion, sa logique, apprendre le langage, à se situer dans son environnement, à explorer son monde intérieur, l'enfant doit faire ses propres expériences, mettre son corps en mouvement, ses sens en éveil, interagir avec les autres. « *Il est important d'équilibrer le temps devant l'écran et les autres activités (sport, lecture, jeux de société, balade, activités manuelles…), pour que l'écran ne soit pas son unique source de plaisir,* conseille Souad Cousinier-Lazaar. *Il peut vite enfermer l'enfant dans une bulle, alors que la communication et les interactions sont des facteurs essentiels au bon développement.* »

Que penser de l'injonction du Ministère de la Santé, « *Pas d'écrans avant trois ans, 40 minutes maximum par jour de 3 à 8 ans, 1 heure après 8 ans...* », sous peine de retards de langage, de troubles du sommeil et de la concentration ? Bon nombre de parents culpabilisent, surtout lorsque le petit dernier de la fratrie se retrouve devant un écran avec ses aînés. « *Les études attestant des effets nocifs des écrans sur le cerveau des enfants sont nombreuses et montrent des difficultés d'apprentissage, des troubles du langage, de l'attention, du sommeil, une augmentation de l'anxiété, des risques de dépression ou encore d'obésité. Mais d'autres études précisent que les contenus et le type d'activité jouent beaucoup plus que le temps passé devant l'écran. Les vidéos courtes et rapides auraient un impact sur la concentration et la mémoire par exemple* », rapporte Souad Cousinier-Lazaar. Dorie Bruyas complète : « *On se doit d'accompagner les enfants dans leur utilisation des écrans car ils font partie de leur environnement depuis leur naissance. Ça ne sert à rien de les diaboliser.* » L'écran se révèle un formidable outil de socialisation et d'interaction, qui favorise l'apprentissage, la curiosité et l'ouverture d'esprit, dès lors que l'enfant est guidé.

4- L'accès au numérique coûte cher

OUI

Achat de matériel, abonnement Internet… l'accès au numérique n'est pas cadeau. Ce qui explique des inégalités criantes entre les enfants, mises à jour pendant le confinement du printemps et « l'école à la maison ». « *Dans certaines familles, il n'y a pas d'ordinateur, mais, dans le meilleur des cas, une tablette bon marché qui ne fonctionne pas très bien*, constate Dorie Bruyas. *Heureusement, il y a des solutions économiques, comme l'achat de produits reconditionnés, ou des lieux où l'on apprend à réparer son matériel, comme l'Atelier soudé à Villeurbanne.* » Quant aux parents, certains ne sont pas armés pour aider leurs enfants à naviguer dans l'océan du numérique. « *Le véritable enjeu, pour moi, c'est l'accompagnement par les professionnels (enseignants, animateurs…) qui doivent eux aussi être formés.* »

5- Les tablettes à l'école, c'est gadget

NON

« *Oui la tablette c'est gadget !* affirme Dorie Bruyas. *Mais c'est parce qu'on a mis la charrue avant les bœufs en mettant cet outil à disposition des enseignants avant de définir son utilisation pédagogique. On peut faire des choses super avec, comme le jeu de maths Mathador qui permet d'organiser des tournois entre élèves, ou regarder le corps humain de l'intérieur en biologie...* » Intuitive, ludique, interactive, la tablette a tout pour plaire aux élèves et permet de s'impliquer de manière active et originale dans la co-construction des savoirs, tout particulièrement via les *serious games*, des jeux développés avec un objectif éducatif. La tablette est un outil pédagogique intéressant, à condition de ne pas en faire un objet tout puissant. « *Il faut encourager les enfants à utiliser tous les supports : le clavier, l'écran tactile, les mains...* », conseille Dorie Bruyas. La diversité des outils, c'est la clef d'un apprentissage réussi.

6- Les réseaux sociaux, c'est dangereux

OUI

La découverte des réseaux sociaux va souvent de pair avec l'acquisition du premier smartphone, généralement à l'arrivée au collège. Si Facebook est un truc de vieux depuis que leur grand-mère s'est créé un compte, les ados utilisent plutôt Snapchat et TikTok pour faire des petites vidéos, se mettre en scène, danser et commenter.

• • •

le mensuel urbain des familles
Grains de Sel

ABONNEZ-VOUS !

Et recevez le magazine chaque mois dans votre boîte à lettres !

[10 numéros par an = 30 €]

Envoyez un chèque à l'ordre de Grains de Sel - Rosebud à l'adresse suivante :

Service abonnements - Magazine Grains de Sel
10 rue des marronniers / CS 40215
69287 Lyon Cedex 02

Paiement possible en ligne !

Envoyez-nous un mail à
contact@grainsdesel.com
nous vous enverrons le lien

•••

Cyberharcèlement, mauvaises influences, culte de l'image : les réseaux sociaux n'ont pas bonne presse auprès des parents. Les affaires de suicides suite à un harcèlement en ligne incitent, c'est vrai, à la prudence. « *Les réseaux permettent de discuter avec des gens de tous horizons, d'élargir le champ des possibles, mais ils peuvent aussi piéger les adolescents en pleine construction de leur identité* », explique Souad Cousinier-Lazaar. Continuellement dans la comparaison, exposés aux jugements des autres, les plus fragiles peuvent perdre pied et se mettre en danger. « *On observe un nouveau phénomène : des collégiennes développent une anorexie mentale car elles suivent une influenceuse sur Instagram prônant minceur et sport intensif.* » Bénévole au sein d'une association de lutte contre le harcèlement scolaire (Marion La Main tendue), elle constate que les adolescents victimes de cyberharcèlement n'ont pas été accompagnés dans l'usage des écrans ou des réseaux sociaux : « *Il est fortement conseillé de questionner son enfant, de s'intéresser aux personnes avec qui il interagit.* » Pour certains, la solution c'est l'interdiction. « *Je n'ai pas le droit d'avoir Instagram*, regrette Anna, en 6e. *Comme je pratique la danse au Conservatoire et que c'est ma passion, j'aimerais poster des petites vidéos pour savoir si j'ai du talent. Je verrais si elles sont vues, likées... Sans chercher à devenir une idole car c'est pour m'amuser avant tout.* » Si l'on veut encadrer plutôt qu'interdire, on doit rester vigilant : « *Un changement de comportement et d'humeur, un isolement et un évitement social doivent alerter les parents*, déclare Souad Cousinier-Lazaar. *L'écran peut renforcer des fragilités.* » « *Gardons à l'esprit que sur cet espace "virtuel" tout est réel,* ajoute Dorie Bruyas. *Le but n'est pas de mettre nos enfants sous cloche, mais de leur donner les clefs dès l'âge de 8-10 ans, pour qu'ils utilisent au mieux ces réseaux. Il faut préserver leur intimité tout en laissant la place au dialogue. Mon fils sait que si quelque chose l'interpelle lorsqu'il échange sur le réseau Discord, je serai là pour lui dire* "là, tu vois c'est suspect". »

7- Les ados font tous la même chose sur la toile

NON

Youtube, c'est la télé des jeunes. Mais regardent-ils tous la même chose ? « *Pas du tout,* assure Dorie Bruyas. *Une étude a montré que sur 800 enfants interrogés, il y avait 350 réponses différentes.* » Il faut dire qu'entre les multiples chaînes, ils ont le choix. Finie l'époque où tout le monde regardait le Club Dorothée sur TF1! En grandissant, leurs goûts s'affirment et les tendances évoluent vite. « *Moi, je regarde des vidéos sur les trottinettes et sur les jeux vidéo* », déclare Lucas, en classe de 4e. Si Youtube, sérieusement challengé par Tik Tok, est leur premier média social, tous utilisent Google pour toutes sortes de recherches, et s'en servent comme d'un dictionnaire. « *Un dictionnaire, c'est tout ce qu'il y a dans Google !* » confirme d'ailleurs Khalil, élève de CM1/CM2.

8- Les ados ne s'informent que sur le web

NON

Leur source d'information numéro 1 est… la télévision ! « *J'écoute un peu lorsque mes parents mettent le JT le soir quand le sujet m'intéresse* », confirme Lucas. Entre les sites d'actu, Twitter, Facebook, Instagram, l'info est partout sur le web. Mais ce n'est pas toujours la bonne. Comment identifier des *fake news*, alors même que les adultes peuvent tomber dans le panneau ? Il vaut mieux chercher l'information avec eux sur des sites officiels que les laisser surfer au petit bonheur la chance lorsqu'une actualité les intéresse. Il existe aussi des magazines très bien faits sur ce sujet, comme 1jour1actu.com (dès 7 ans) ou Les Surdoués (9-13 ans) qui démasquent souvent les *fake news* et décortiquent les théories du complot comme celle, récente, des « platistes », affirmant que la Terre est plate...

9- Les « *digital natives* » n'ont pas besoin de nous

NON

Dès qu'ils ont un outil numérique entre les mains, nos enfants sont comme des poissons dans l'eau, si bien qu'on aurait tendance à se mettre en retrait. « *On ne peut pas laisser les jeunes livrés à eux-mêmes*, conteste Dorie Bruyas. *Devant les écrans, ils osent, ils essaient des choses, mais ils doivent acquérir des compétences. Ils ne savent même pas comment le web arrive chez eux !* » Certains se fixent eux-mêmes des limites après une mauvaise expérience : « *Lorsque je vais sur Google chercher une information pour mes devoirs, ou sur un chanteur que j'aime bien, je vois les actualités s'afficher sur la page d'accueil,* confie Anna, 11 ans. *Je jette un œil mais j'ai peur de tomber sur des choses qui ne sont pas pour moi, donc je reste prudente et ne lis pas dans les détails.* » De son côté, Kais en CM1/CM2, témoigne : « *Une fois, j'ai voulu regarder une vidéo sur les araignées et je m'en suis voulu après. Maintenant quand je vois une araignée en vrai j'ai peur*. »

10- On peut très bien s'en sortir dans la vie sans numérique

NON

Vivre sans numérique, c'est quasiment mission impossible en 2020. Du moins à partir du collège. Pour ne pas brûler les étapes, il est primordial de fixer des règles, comme « *pas de tablette à table* » ou « *pas d'écran après 20 heures* ». Et de faire appel aux outils conçus pour protéger les enfants d'une éventuelle addiction : « *Lorsque je joue sur ma console, au bout d'un moment, il y a un truc qui arrête tout. Ça s'appelle le contrôle parental* », explique Aïssa, en CM1/CM2. C'est ce qu'utilise aussi Estelle, maman de Lucas. « *Si on n'avait pas installé le contrôle parental, il passerait sa vie à jouer en ligne avec ses copains du collège ou à envoyer des messages sur Whatsapp* ». Pour vivre heureux avec les écrans, la clef c'est de ne pas en abuser.

**Merci aux élèves de CM1/CM2 de l'école élémentaire Philibert-Delorme (Lyon 8e) pour avoir répondu à nos questions.*

***Super Demain, évènement dédié au numérique avec des ateliers familles et des conférences grand public, des formations pour les professionnels, devait fêter ses sept ans du 13 novembre au 13 décembre. Annulé du fait du confinement, il pourrait bien faire entendre parler de lui malgré tout pendant cette période. À suivre, donc.*

Le Super Media : mieux comprendre le vaste monde des écrans

Le Super Media est né il y a un an, de la volonté par l'équipe de Fréquence Écoles de prolonger les rencontres initiées sur le terrain avec les familles, notamment lors de l'évènement Super Demain. « *Les parents nous disaient qu'ils avaient compris plein de choses, qu'ils étaient moins angoissés, mais nous demandaient tous la même chose* : "Où peut-on trouver des infos en ligne ?" », explique Dorie Bruyas. Grâce à la forte proportion de journalistes composant son équipe, la jeune femme mise sur la qualité d'un contenu rédactionnel qui croise des expériences de terrain liées aux activités de Fréquence Écoles et celles vécues par chacun des rédacteurs auprès de leurs propres enfants. Avec un propos pointu au ton déculpabilisant, le site répond, à coups d'analyses et d'interviews de professionnels, à de nombreuses questions que les parents se posent sur les réseaux sociaux, l'addiction, les nouvelles pratiques (Tik Tok, Wattpad...)... Et propose aussi une rubrique plus ludique qui évalue les derniers jeux vidéo à la mode, tels que Miraculous ou Roblox. Enfin, l'onglet « Vivre confiné.es », créé en mars dernier, propose des retours d'expériences personnelles des membres de l'équipe : « *Tout spécialistes de l'éducation aux medias numériques que nous sommes, nous devenions dingues coincés chez nous ! Mais si nous, nous craquions, comment faisaient les autres parents pour tenir le coup ?* » s'exclame Dorie Bruyas dont le moteur reste, au sein de toutes ses activités, de réconcilier parents et enfants sur cet usage incontournable des écrans.
lesupermedia.fr

Par Indira Dindoyal Creusot*

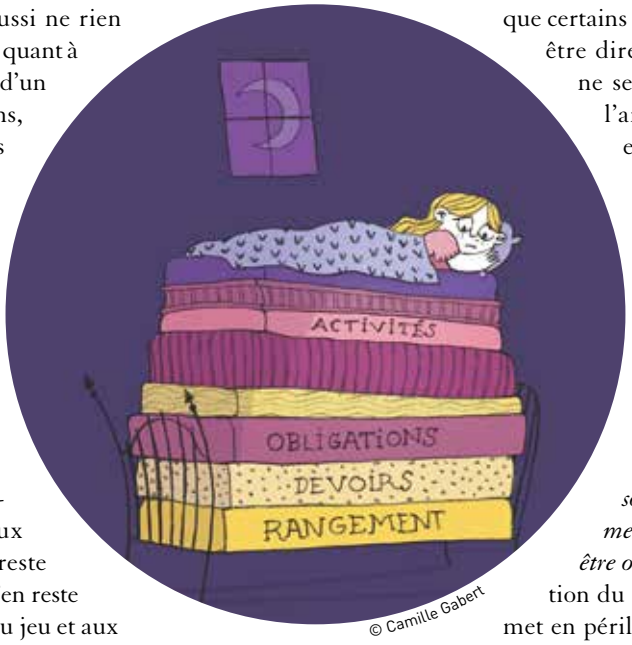
Une rubrique animée par les avocats intervenant en droit de l'enfant du barreau de Lyon.

Un droit méconnu : le droit au repos, au jeu et aux loisirs

Le droit au repos, au jeu et aux loisirs est consacré par l'article 31 de la Convention des Nations Unies relative aux droits de l'enfant : « *Les États parties reconnaissent à l'enfant le droit au repos et aux loisirs, de se livrer au jeu et à des activités récréatives propres à son âge et de participer librement à la vie culturelle et artistique.* »

Le droit au repos signifie que l'enfant doit bénéficier d'un temps durant lequel on n'exige de lui aucun effort. Se reposer, c'est dormir mais aussi ne rien faire. Le droit au jeu et aux loisirs, quant à lui, implique que l'enfant dispose d'un temps libre, exempt d'obligations, qu'il peut consacrer à des activités récréatives. Bien que méconnus, ces droits sont considérés comme fondamentaux car ils sont nécessaires au développement personnel de l'enfant, à son équilibre physiologique et nerveux.

Mais leur application se heurte à plusieurs obstacles. Outre les barrières matérielles liées à une situation de pauvreté, la méconnaissance des parents quant aux bienfaits du repos et des loisirs reste l'un des principaux obstacles. Il n'en reste pas moins que le droit au repos, au jeu et aux loisirs est consacré par la Convention internationale des droits de l'enfant, au même titre que les droits à la santé, à l'éducation, à une sphère privée ou d'être protégé contre la maltraitance. Ce texte est contraignant pour les États, dont la France, qui l'ont ratifié : le Comité des droits de l'enfant des Nations Unies contrôle sa bonne application… mais sans pouvoir de sanction.



© Camille Gabert

Si le Conseil d'État et la Cour de Cassation ont admis que certains articles de la Convention pouvaient être directement invoqués devant eux, ils ne se sont pas prononcés s'agissant de l'article 31. Le droit au repos, au jeu et aux loisirs n'a donc pas d'application concrète en France. Il est cependant appliqué de façon indirecte, notamment par le Juge des enfants, sur le fondement de l'article 375 du Code civil : « *Si la santé, la sécurité ou la moralité d'un mineur non émancipé sont en danger, ou si les conditions de son éducation ou de son développement physique, affectif, intellectuel et social sont gravement compromises, des mesures d'assistance éducative peuvent être ordonnées par la justice…* » La violation du droit au repos, au jeu et aux loisirs met en péril la santé du mineur et compromet son développement.

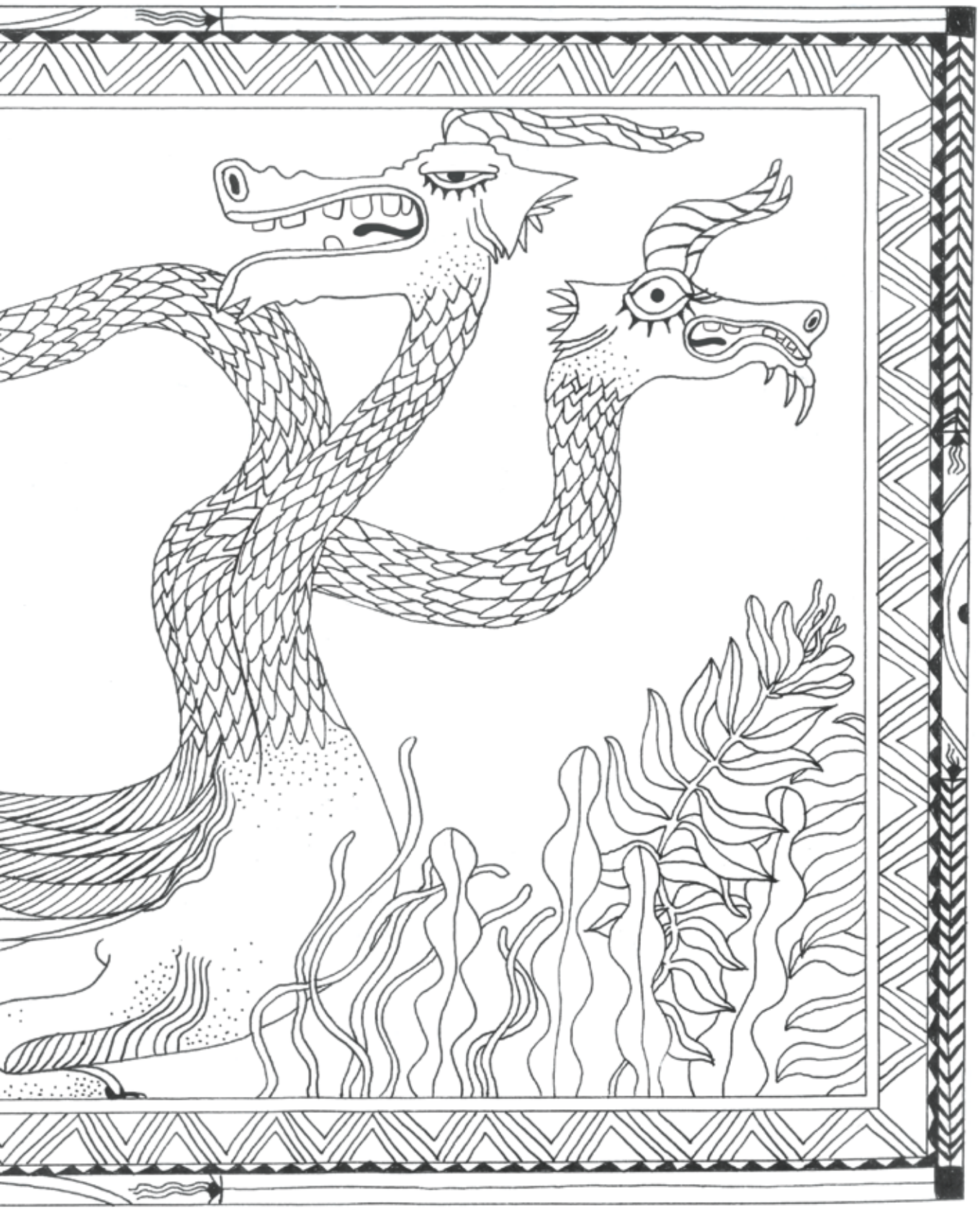
* Maître Indira Dindoyal Creusot, avocate au barreau de Lyon.

CONSULTATIONS GRATUITES D'AVOCATS POUR LES MOINS DE 18 ANS
ECOUTE, CONSEIL ET ASSISTANCE :
Tout savoir sur vos droits en lien avec votre vie sociale, familiale et scolaire.
Posez toutes vos questions à un avocat !
Prendre rendez-vous au 04 72 60 60 00
Mercredi de 14h à 16h - Maison des Avocats 176 rue de Créqui, 69003 Lyon
Plus d'information sur vos droits : www.barreaulyon.com
CONSEIL NATIONAL DES BARREAUX LES AVOCATS D'ENFANTS
ORDRE DES AVOCATS Barreau de Lyon

PLANÉTARIUM DE SAINT-ÉTIENNE
ville de Saint-Étienne
L'expérience design
Envie
D'ESPACE...
EMBARQUEMENT IMMÉDIAT
Planétarium de Saint-Étienne :
un écran hémisphérique de 200 m²,
10 films au programme, une exposition...
Explorez les mystères de l'univers !
Conception graphique : Alitao - Coordination : Direction de la Communication et du Marketing territorial. Crédit photo : Photos
⊕ d'infos
planetarium.saint-etienne.fr

Par Camille Gabert

PRENDS TES PLUS BEAUX FEUTRES ET AMUSE-TOI À COLORIER CE DRAGON À TROIS TÊTES



Par Véronique Lopes et Elodie Joly

Superstars

Manteau Bonton, modèle Berenic en fausse fourrure zèbre.
Du 4 au 14 ans. 195€.
bonton.fr

Sweat-shirt Super Star Billieblush
chez Emi et Milie.
Du 6 au 12 ans. 55€.
emiandmilie.net

Boots Dr. Martens 1460 Tartan à zip.
90€. drmartens.com

Livre *Les Légendes du rock*,
collection Quelle histoire.
Dès 6 ans. 6,90€.
Points de vente sur chez-mon-libraire.fr

Jean IKKS skinny médium blue à étoiles argentées.
69€.
ikks.com

Pull Zadig et Voltaire modèle Chris, vert, en laine et cachemire.
Du 2 au 16 ans. 95€.
zadig-et-voltaire.com

Guitare étoile Oxybul,
de 3 à 8 ans. 24,99€. ,
oxybul.com

Chemise à carreaux et grand motif au dos. Du 2 au 14 ans. 19,99€.
vertbaudet.fr

T-shirt Benetton avec imprimé rock band.
Existe en plusieurs coloris. Du 4 au 14 ans. 15,95€.
benetton.com

Broche guitare sèche Pondie Chérie Le Petit Souk.
9,90€.
lepetitsouk.fr

Robe Benetton en maille à rayures.
Existe aussi en noir et blanc.
Du 4 au 14 ans. 45,95€.
benetton.com

T-shirt Zara © The Rolling Stones.
Du 6 au 13-14 ans. 9,95€.
zara.com

Bottines Monoprix imprimé léopard.
Du 26 au 37. 37,99€.
monoprix.fr

Veste Zara avec col à revers effet mouton et manches longues.
Du 6 au 13-14 ans. 35,95€.
zara.fr

Par Caroline Sicard

S'évader… tout près de chez soi

En famille

La Voie verte de Champvert © Victoria Philippe

Si pour ce nouveau confinement, les enfants continuent d'aller à l'école, ils n'ont le week-end, qu'une heure par jour pour s'aérer. Voici une sélection de cinq parcs près de chez vous, pour profiter de la nature et se défouler au maximum.

La forêt enchantée

Évasion garantie au parc de la Garde avec sa forêt parcourue de sentiers sinueux. Entre ses vieilles souches reconverties en hôtels à insectes et ses branches folles, on s'attendrait presque à voir surgir de petits lutins. En descendant jusqu'au pont de pierre, vous tomberez sur la Voie verte de Champvert qui relie Tassin au 9e arrondissement, en suivant le tracé de l'ancienne ligne de voie ferrée qui reliait Saint-Just à Vaugneray. En plus de passer sous différents ponts de pierre dont vous pourrez tester l'écho, cet itinéraire dessert le parc de Champvert et celui de la mairie du 5e, accessible via une élégante passerelle en bois et métal. Quelques panneaux explicatifs présentent les dispositifs mis en place pour soutenir la biodiversité, comme un refuge à chauve-souris. La balade idéale pour admirer les jolies couleurs orangées des arbres et profiter quand même de cet automne pas comme les autres.

Parc de la Garde, 6 rue de la Garde, Lyon 5e. Ouvert 24/24h.

Le parc Blandan © DR

À l'abordage!

Si vous habitez à côté du parc Blandan, vos enfants ont bien de la chance. On y trouve la meilleure aire de jeux, ou du moins la plus spectaculaire : une immense vague en bois hyper design qui dissimule un toboggan, des cordes et prises d'escalade et autant de cachettes. Le reste du parc est tout aussi ludique avec ses recoins de verdure, son belvédère perché sur les anciens remparts du fort Blandan, sa passerelle secrète qui serpente au milieu des arbres et ses immenses pelouses idéales pour une partie de foot. Quant aux amateurs de roulettes et autres casse-cous, ils pourront tester leur meilleures figures sur le mini skate-park.

Parc Blandan, 37 rue du Repos, Lyon 7e. Ouvert de 6h30 à 22h30.

Attention, vertige

C'est le parc le plus vertigineux de Lyon. Situé, comme son nom l'indique, sur les hauteurs de la colline de Fourvière, le parc des Hauteurs offre une vue à couper le souffle sur la ville et la basilique de Fourvière. Il a en plus l'avantage de relier différents espaces de verdure, comme le jardin du Rosaire, situé juste sous la basilique, l'esplanade la Sarra et le cimetière de Loyasse. Les enfants apprécieront particulièrement la passerelle des Quatre-Vents et sa vue panoramique sur la Saône et la colline de Fourvière. Sachez pour l'anecdote que cette passerelle, ainsi que le chemin du Viaduc qui la traverse, suivent le tracé de l'ancien chemin de fer qui transportait les corbillards depuis le funiculaire Saint-Paul jusqu'au cimetière de Loyasse...

Parc des Hauteurs, esplanade de Fourvière, Lyon 5e. Ouvert 24h/24h.

Le petit ruisseau dans la prairie

Situé entre la Duchère et Écully, le parc du Vallon offre trois ambiances réparties sur 11 hectares : un jardin public qui fait la transition entre la ville et la nature, deux prairies traversées par un ruisseau et un bois. On trouve également deux aires de jeux, ainsi que des panneaux qui racontent l'histoire du lieu et présentent sa faune et sa flore. En ouvrant l'œil, vous tomberez même sur l'ancien lavoir du château de la Duchère. De quoi varier les plaisirs.

Le parc du Vallon, entrées principales boulevard de la Duchère, avenue Rosa-Parks ou plateau de la Duchère, Lyon 9e.
Ouvert toute la journée.

Promenons-nous dans le bois

Avec ses 4,5 hectares, le parc de la Cerisaie fut un temps le second plus grand parc de Lyon après celui de la Tête d'Or, avant d'être récemment détrôné par le parc du Vallon et le parc Blandan. Il n'empêche, cette ancienne propriété de la famille Gillet ne manque pas de charme – et on ne pense pas qu'aux vignes cultivées par la République des Canuts. Son bois composé de chênes, de bouleaux, de hêtres et d'ifs, qui descend jusqu'aux quais de Saône est le terrain de jeu idéal pour une partie de cache-cache.

Parc de la Cerisaie, 25 rue Chazière, Lyon 4e. Ouverture de 8h à 19h puis jusqu'à 18h à partir de décembre.

Par Romain Desgrand

© DR

VALÉRIE PORTHERET

Une vie à comprendre

Avec son livre *Vous n'aurez pas les enfants*, Valérie Portheret relate le récit d'un sauvetage inouï de jeunes Juifs dans un camp à Vénissieux, en plein pic génocidaire. L'historienne lyonnaise a passé plus de 25 ans de sa vie à retranscrire cette page du passé qui recèle les parts les plus sombres et les plus belles de l'être humain. Et aujourd'hui, elle souhaite porter cette histoire à l'écran.

© Collection Klarsfeld

Où, quand, comment, pourquoi ? Valérie Portheret est l'une de ces personnes qui aiment comprendre. Lorsqu'on la rencontre, on est d'abord touché par cette belle énergie qui l'anime et la pousse à s'intéresser aux autres, à leur parcours, leurs forces et leurs faiblesses. « *Mon père avait un cabinet médical à la maison, ma mère était infirmière militaire, convoyeuse de l'air. Je baignais dans un environnement où l'on s'intéressait aux gens, particulièrement à ceux qui étaient dans la détresse* », se remémore celle qui a toujours été sensible à l'injustice que pouvait subir un enfant.

Cette empathie l'a entraînée dans une enquête saisissante pour relater le parcours de Rachel, Justus, Esther ou encore Émile… Tous étaient enfants en 1942. Tous seront placés dans un ancien camp militaire à Vénissieux en vue d'une déportation à Auschwitz. Tous pourront y échapper grâce à incroyable stratagème imaginé par des hommes et des femmes dont le courage force le respect (*lire encadré*). Destin ou hasard, cet épisode assez peu connu de l'histoire lyonnaise a croisé la route de Valérie Portheret après une succession de rencontres et d'événements au début des années 1990. Comme si le passé l'attendait pour se révéler entièrement, les péripéties se sont enchaînées alors qu'elle cherchait l'inspiration pour son mémoire de maîtrise en fac d'histoire : la découverte d'un château dans la Drôme où des enfants furent cachés pendant la guerre, un carnet avec des noms annotés, une rencontre fortuite avec un ancien résistant… Trois jours – la même durée que le sauvetage –, c'est ce qu'il a fallu à Valérie Portheret pour être mise sur la voie. L'investigation, la rencontre avec les survivants, les fouilles dans les archives l'occuperont plus de deux décennies.

Donner du souffle à la jeunesse

À la maison, la jeune Valérie se plongeait déjà dans les ouvrages d'histoire et feuilletait des manuels sur le procès de Nuremberg. « *Je tournais les pages sans rien vraiment comprendre. Mais quand je voyais ces bourreaux, ça faisait comme une dissonance en moi.* » À son tour aujourd'hui de publier un livre qui, elle l'espère, deviendra « objet pédagogique ». « *Sans pour autant tomber dans le déni, il faut donner du souffle à la jeunesse, lui montrer que, même dans les pires moments, des personnes choisissent d'agir et de faire le bien* », estime-t-elle. L'historienne planche sur la réalisation d'un documentaire et aimerait que son livre soit adapté au cinéma au travers d'une fiction. « *Le réalisateur Christopher Nolan pourrait donner une résonance très forte, universelle, à la puissance de cette affaire* », imagine-t-elle. Après plus de 25 ans de recherche, Valérie Portheret ne s'interdit aucun rêve pour que l'histoire des enfants de Vénissieux puisse continuer à vivre dans l'esprit des nouvelles générations.

Accepter l'impossible

Août 1942. Le gouvernement de Vichy commande la rafle de 10 000 Juifs étrangers en zone libre pour les livrer aux nazis. Plus de 1 000 personnes dont 108 enfants sont arrêtés dans la région lyonnaise et placés à Vénissieux pour être « triés » en fonction des critères de déportation. Face à l'horreur, des femmes et des hommes de confessions et d'horizons divers vont tout mettre en œuvre pour sauver les enfants avec pour seules armes leur courage et leur solidarité. Pour que le plan fonctionne, les parents doivent accepter l'impossible : se séparer à jamais de leurs enfants en signant un acte d'abandon et en cédant leur paternité à une association caritative.

***Vous n'aurez pas les enfants*, de Valérie Portheret, XO Document, 18,90 €.**

Par Clarisse Bioud

INTERVIEW

« Les enfants ont une capacité d'adaptation face au réel très étonnante »

Les enfants ont repris le chemin de l'école dans un contexte encore plus compliqué que le mois dernier. Entre le confinement, le port du masque imposé dès 6 ans et les actes terroristes, les raisons d'avoir peur et de se questionner ne manquent pas. La psychanalyste lyonnaise Suzanne Lecaux-Hachon nous éclaire sur la manière d'accompagner nos enfants en cette période troublée.

Comment expliquer aux enfants de 6 ans l'obligation de porter désormais le masque à l'école, sans les alarmer ni les culpabiliser ?
Avec les enfants, il n'y a pas une seule façon de faire. Chacun, parents et enfants, a son style. On peut par exemple leur dire que la Covid-19 ne constitue pas un risque pour eux-mêmes mais qu'ils participent à ce souci collectif en faveur des plus fragiles. Les enfants ont souvent un rapport spontané à la vie et s'en remettent à la parole de l'adulte qui leur est proche. Il faut leur expliquer avec simplicité. Mettre des mots sur les choses aide souvent à avancer et à donner du sens à ce qu'on fait.

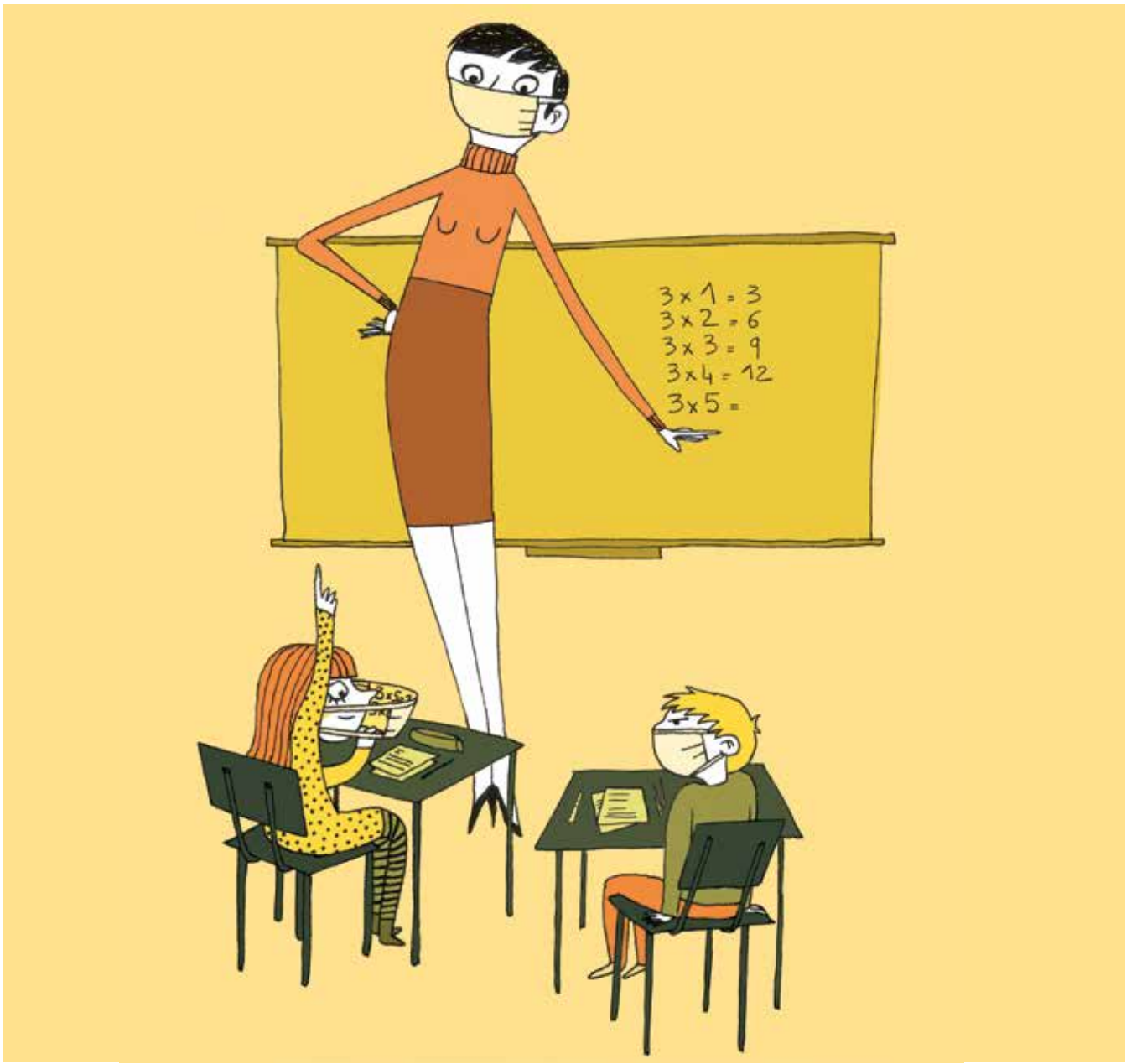
Depuis septembre, les enseignants et les parents d'enfants d'école primaire ont souvent dit être étonnés par leur capacité à intégrer rapidement les gestes barrières et à mener une vie « normale » d'écolier. Pouvez-vous l'expliquer?
Il est vrai que les enfants ont une capacité d'adaptation face au réel très étonnante. L'accompagnement, l'accueil des adultes ainsi que les relations à ses petits camarades permettent à l'enfant de retrouver très vite une vie « normale » malgré toutes ces contraintes. Ils intègrent vite ces gestes barrières et l'usage des masques, notamment en leur faisant une place dans leurs jeux.

Normalement, les parents sont pour leurs enfants, ceux qui savent et qui rassurent. Là, l'incertitude prédomine. Que peut ressentir un enfant lorsque ses parents lui disent « *je ne sais pas* » ?
Le « *je ne sais pas* » est une réponse structurante pour l'enfant. Là, il n'a pas affaire à un adulte qui est du côté du savoir mais qui, par son écoute et sa disponibilité, peut le rassurer. Le parent n'est pas obligé de tout savoir, mais il se débrouille avec ce qu'il ne sait pas. C'est une ouverture sur le monde, pour un enfant, de découvrir que ses parents ne savent pas tout. Il a ainsi le plaisir de savoir des choses que ses parents ne savent pas…

Depuis le mois de septembre, certains enfants ont du mal à reprendre le rythme de l'école et l'envie d'apprendre. Que dire ou que faire pour les remotiver?
J'ai plutôt rencontré des enfants heureux de retrouver l'école avec une certaine impatience et joie. L'école est un lieu où l'on apprend mais également ce lieu de socialisation si essentiel. Stimuler le désir d'apprendre, ce n'est pas gaver les enfants de savoir, mais plutôt se poser des questions avec eux, en les laissant s'interroger.

Peut-on craindre de la phobie scolaire ? Quels sont les signes qui doivent inquiéter les parents ?
La phobie scolaire peut avoir des causes multiples, variables d'un enfant à l'autre. On oublie souvent que grandir est difficile. Éduquer, c'est d'abord soutenir son enfant confronté à des difficultés. Quand un enfant ne veut pas retourner à l'école, il s'agit de savoir pourquoi. Souvent il ne l'exprime pas directement comme un adulte. Chaque enfant a sa façon d'exprimer son malaise ou ses difficultés. Il s'agit de rester disponible à son égard, par moments, et de ne pas toujours tout savoir pour lui.

L'assassinat de Samuel Paty place l'école dans un climat doublement anxiogène. Que peut-on dire aux enfants à ce sujet, y compris aux plus jeunes susceptibles d'entendre les plus grands en parler?
Là encore, chaque parent en parlera à sa façon et selon la personnalité de son enfant. On peut dire des choses inquiétantes à un enfant, car c'est aussi lui apprendre à se débrouiller dans un monde difficile. Il faut miser sur l'inventivité de l'enfant et sa façon de se débrouiller avec la vie. Parfois d'une façon très différente de celle de ses parents. Mais bien sûr le soutien des adultes est très précieux.



© Camille Gabert

Avez-vous vu apparaître de nouveaux troubles chez les enfants qui viennent vous consulter ?
Non. Les enfants me parlent parfois de cauchemars relatifs à l'épidémie. Le manque des copains et copines est souvent difficile à supporter, celui des grands-parents également avec parfois quelques inquiétudes à leur endroit. Ce ne sont pas des troubles très différents de ce qu'on voit d'habitude.

On a tendance à parler des aspects négatifs de ce que nous traversons, mais avez-vous aussi constaté chez les enfants des changements positifs, notamment dans le cadre familial ?
Le confinement a pu constituer un temps de ponctuation, de fabuleux ralentisseur de nos vies parfois très mouvementées, voire très programmées. Certaines familles se sont retrouvées et ont inventé ensemble un nouveau quotidien même si les conditions n'étaient pas toujours des plus faciles. Mais pour d'autres, le relais de la famille plus élargie ou d'institutions dont l'école a cruellement manqué.

Par Thomas Périllon

Jack

Dès 8 ans

Que vous soyez passé à côté d'un film culte lors de sa sortie en salle ou que vous ayez envie de partager un bon moment de cinéma avec vos enfants, la rubrique Mon ciné-club vous propose de (re)découvrir des films incontournables, faciles à dénicher et à visionner en famille. Ce mois-ci : *Jack*, de Francis Ford Coppola, sorti en France en 1996.

© DR

Alors que Jack n'a que dix ans, son corps, lui, vieillit quatre fois plus vite que la normale. Cette maladie peu commune, appelée syndrome de Werner, lui confère en effet l'apparence physique d'un homme adulte. Entre l'âge qu'il a véritablement et celui qu'il semble avoir, Jack s'efforce de vivre une existence presque normale, à la maison comme à l'école, encouragée par sa mère et son enseignante.

Jack n'est certainement pas le premier titre à venir en tête lorsque l'on évoque la filmographie de Francis Ford Coppola. Spontanément, ce serait plutôt *Apocalypse now*, *Le Parrain* ou encore *Dracula*. Pourtant, ce film que l'on pourrait qualifier de « familial » et « populaire », arrivé sur les écrans au cœur de l'année 1996, mérite le détour, ne serait-ce que pour sa tête d'affiche, dans le rôle-titre : le regretté Robin Williams. Celui qui a bercé l'enfance de toute une génération avec des comédies et des films d'aventure tels que *Madame Doubtfire, Hook* et *Jumanji*, incarne ici un (grand) garçon d'une dizaine d'années condamné à vieillir bien plus vite que ses camarades.

L'enfance prisonnière d'un corps d'adulte

À travers ce personnage, le film pose de nombreuses questions passionnantes et poignantes. Que peut offrir l'enfance quand on la vit enfermé dans une enveloppe corporelle adulte ? Comment découvrir les premiers émois adolescents quand on ressemble à un vieillard ? Comment construire une vie d'adulte quand le corps signale que la fin approche ?

Film de commande de son ami George Lucas, qui lui offre l'occasion de combler de lourdes dettes dues à un échec commercial, *Jack* permet à Francis Ford Coppola d'aborder les thèmes du vieillissement, du temps qui passe et de l'héritage. De 7 à 77 ans, *Jack* se (re)découvre avec plaisir et surprise, en dépit de quelques gags pas toujours inspirés. Il offre l'opportunité aux familles d'évoquer des sujets tels que la différence et l'inclusion, mais aussi la fragilité de la vie.

L'info en plus : Durant l'une des premières scènes du film, on aperçoit une femme déguisée en bouteille de vin. Ce breuvage n'est pas n'importe lequel puisqu'il s'agit en fait d'un vin du domaine personnel de Francis Ford Coppola. Un placement de produit sacrément malicieux !

le mensuel urbain des familles
Grains de Sel

Retrouvez toutes les actualités du magazine *Grains de Sel* sur les réseaux sociaux !

@grains.de.sel
@magazinegrainsdesel

REJOIGNEZ-NOUS !

Par Sonia Ezgulian • soniaezgulian.com
Photographies Emmanuel Auger

La cuisinière et auteure Sonia Ezgulian propose dans chaque numéro de *Grains de sel* un rendez-vous autour de ses recettes qui enchantent le quotidien, des lieux qu'elle apprécie, de ses lectures gourmandes. Dans ce numéro, découvrez ses envies de…

… mitonner un fondant chocolat

Pour 4 personnes

Préparation : 7 minutes • Cuisson : 10 minutes

- 100 g de pâte à tartiner Bernachoc (*lire ci-contre*)
- 2 œufs
- 50 g de sucre
- 2 c. à soupe bien pleines de farine (80 g environ)
- 4 c. à soupe de lait

Préchauffez le four à 190°C. Séparez les jaune des blancs d'œuf. Montez les blancs en neige ferme. Fouettez les jaunes avec le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Ajoutez la pâte à tartiner, le lait et enfin la farine tamisée. Incorporez délicatement les blancs montés en neige.

Versez cette préparation dans deux petits bocaux (ceux de la pâte de noisette presque vides en prenant soin de retirer le couvercle et les armatures métalliques) ou dans quatre ramequins. Enfournez 10 minutes, laissez tiédir et dégustez les gâteaux moelleux.

Pour un goûter encore plus gourmand, vous pouvez ajouter quelques noisettes entières ou des amandes effilées.

… découvrir le secret

de cette pâte à tartiner onctueuse et savoureuse, signée par le maître chocolatier lyonnais Bernachon. Un mot pour la qualifier : générosité ! Elle est composée de 60 % de noisettes du Piémont torréfiées et d'un savant mélange de 10 fèves de cacao.

… de convertir les tout-petits à la sardine,

en cinq recettes. Les arguments ne manquent pas : riche en vitamine D, calcium, phosphore et protéines, la sardine est surtout délicieuse écrasée avec des pommes de terre, tartinée sur des mouillettes, mixée avec un fromage frais ou dans une soupe de potimarron.

Prix : 22,25 € le coffret avec un bavoir.
La Bellelloise,
14 rue Ferrandière Lyon 2e
ou 52 rue Saint-Jean, Lyon 5e.
labelleiloise.fr

… penser aux cadeaux de Noël,

surtout ceux qu'on peut personnaliser. Le Beau Thé propose d'afficher messages, dessins ou photos sur d'élégants sachets de thé en mousseline. Cet emballage original artisanal cousu main est une fabrication française. Belle sélection de Roïobos, thés noir & vert, infusions.

Prix : coffret de 10 sachets à partir de 19 €.
lebeauthe.com

le mensuel urbain des familles
Grains de Sel

Interviews de spécialistes, recettes, balades, idées pour s'occuper à la maison…

Tous les bons plans du magazine Grains de Sel sont aussi sur internet !

grainsdesel.com

Par Clarisse Bioud

SOINS ET ATELIERS AUTOUR DE LA PÉRINATALITÉ

Faire du bien, créer du lien

© Camille Gabert

La périnatalité est cette période qui précède et suit immédiatement la naissance. Spécialisée dans ce domaine, la kinésithérapeuthe Caroline Esterle a ouvert son cabinet à Tassin-La-Demi-Lune en 2017. À côté des soins, la jeune femme propose aujourd'hui une série d'ateliers aux femmes de sa patientèle et à leur famille. Car Caroline a deux chevaux de bataille. D'abord prévenir des maux qui, trop souvent, sont repérés a posteriori chez l'enfant et nécessitent alors une longue prise en charge. Comme les déformations crâniennes positionnelles, dont la fameuse « tête plate » assez courante chez les nouveaux-nés : « *J'explique aux femmes enceintes que les sièges cosy et les tapis de jeu avec arche sont néfastes pour les bébés car ils limitent leurs mouvements. Or un bébé qui ne bouge pas s'aplatit !* », affirme Caroline, adepte de la motricité libre. Elle les accompagne aussi en préparation à l'accouchement, par un travail musculaire qui les aide « *à prendre conscience de leur périnée* » pour faciliter le passage du bébé.

Caroline a aussi le souci de rompre la solitude des jeunes parents. En cette période de reconfinement, elle garde son téléphone ouvert à ceux qui, dans l'attente de leur bébé ou seuls avec un nouveau-né, se sentent démunis. Dans la même logique, la plupart des ateliers qu'elle propose aux femmes (yoga, gestion des émotions, diététique…) et aux duos parent/enfant (sophrologie pour contrer la peur et la colère, massage…) reste accessible en visio et en petits groupes. Quant au café des parents hebdomadaire instauré en septembre, il se transforme en temps d'échanges possible aussi via son écran. Tout sauf rompre le lien! « *Enceintes, les femmes sont au centre du monde, mais une fois que le bébé est là, elles sont très seules. On ne parle jamais de comment se préparer au post partum* », souligne Caroline qui souhaite aussi, par ces temps d'échanges, ouvrir la discussion avec les pères. « *Après l'accouchement, on pense encore moins à eux qu'aux femmes* », note la jeune femme qui envisage de leur proposer des ateliers rien que pour eux… dès la fin du confinement.

Les Ateliers de l'Horloge, 62 avenue Victor-Hugo, Tassin-la-Demi-Lune. Tél. 07 83 37 67 28.
Tarifs : de 20 à 30€ le cours/atelier.
Carte de 10 cours : à partir de 180€.
Programme des ateliers accessibles en visio sur lesateliersdelhorloge.fr

Par Camille Gabert

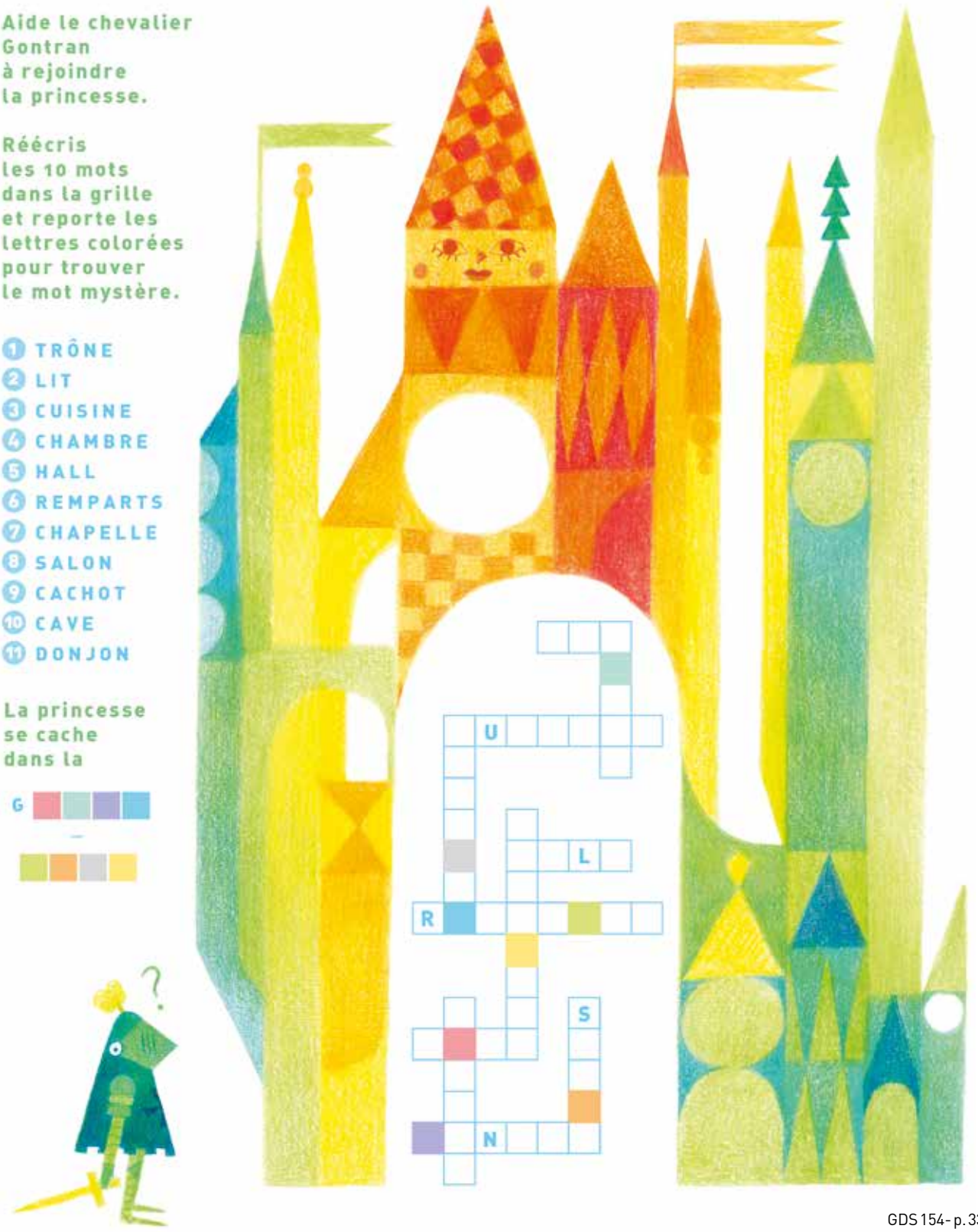
Aide le chevalier Gontran à rejoindre la princesse.

Réécris les 10 mots dans la grille et reporte les lettres colorées pour trouver le mot mystère.

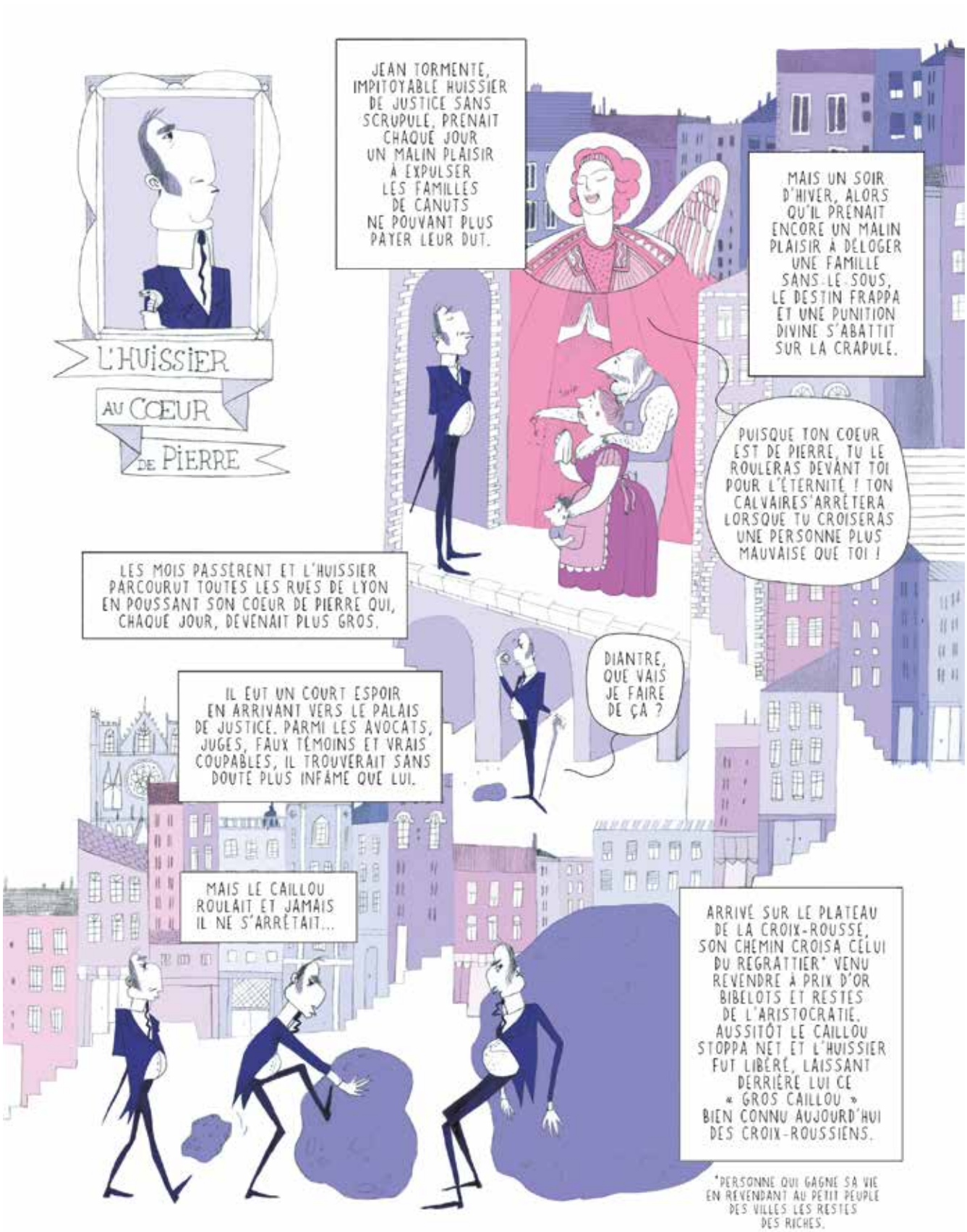
1. TRÔNE
2. LIT
3. CUISINE
4. CHAMBRE
5. HALL
6. REMPARTS
7. CHAPELLE
8. SALON
9. CACHOT
10. CAVE
11. DONJON

La princesse se cache dans la

G _



Par Camille Gabert



handicap international

À Noël, pas de Sapin, sans Sac à Sapin

....ni pochettes cadeaux !

PAPIER 100% RECYCLÉ

3 FORMATS DIFFÉRENTS

NOUVEAU !

LE COFFRET DE 5 POCHETTES POUR EMBELLIR VOS CADEAUX !

ÉCOLOGIQUE · SOLIDAIRE · CONÇU AVEC DES TRAVAILLEURS HANDICAPÉS · PRATIQUE

handicap-international.fr

ENSEMBLE,
portons l'espoir
d'un monde sans cancer
Soutenez la recherche
pour aller plus vite
et plus loin contre la maladie
Pour faire un don :
› www.centreleonberard.fr
› Centre Léon Bérard - Service Relations Donateurs
28 rue Laennec - 69008 Lyon
CENTRE
DE LUTTE
CONTRE LE CANCER
LEON
BERARD