

VILLE DE

BOULAZAC

Isle Manoire



ÉCRAN TOTAL

fabrique citoyenne

1^{er} mars > 29 mars



É #3

PROGRAMME

Sain
d'esprit,
de corps
& d'écran

du 01/03
au 29/03

Expos et installations visibles aux
horaires d'ouverture de la médiathèque

Les Expos

Tête de nerd : Notre corps passe au scanner !

Cette installation dont vous êtes le héros part à la rencontre des troubles du corps humain, induits par nos usages numériques.

Nerd : personne passionnée de sciences et techniques, notamment d'informatique, et qui y consacre la plus grande partie de son temps.

Médiathèque Louis Aragon |



• mirion malle •
*C'est comme ça que
je disparaiss*



« C'est comme ça que je disparaiss », d'après la BD de Mirion Malle

Véritable miroir tendu aux jeunes adultes du 21^{ème} siècle, cette BD aborde la question de la santé mentale et de la dépression. On y retrouve l'univers et les thèmes de prédilection de l'autrice : le féminisme, la sororité, l'écoute, le soutien, le karaoké, les chansons des années 2000, la communication et les réseaux sociaux.

La visite est augmentée d'un podcast audioguide, à écouter sur son téléphone ou sur les tablettes mises à disposition.

Rencontre avec le public et dédicace le mercredi 12 mars - 18h |
Médiathèque Louis Aragon |

Écrans totalement éteints : L'expo des enfants !

Pendant un mois, l'espace enfant se transforme en une exposition immersive dans une maison sans écrans. Installation créée par les enfants des accueils périscolaires de la ville.

Médiathèque Louis Aragon |



Les Installations

Un soin 2.0 - Un podcast de l'association Phoenix Soins en Santé Mentale

L'association Phoenix Soins en Santé Mentale, avec l'appui de l'équipe Écran Total, vous a concocté un épisode de podcast par semaine sur des sujets qui lient numérique et santé mentale.

Cette association propose une approche singulière du soin psychique par le biais d'ateliers thérapeutiques collaboratifs entre soignants et soignés. C'est un des outils de soins en psychiatrie adulte au Centre Hospitalier de Périgueux.

À retrouver en ligne et sur la radio RLP |

Escape-game dans le cerveau : Il était une fois... l'addiction

Embarquez pour une demi-heure dans le cerveau ! Pour vous guider dans votre mission, les carnets d'un vieux scientifique disparu... À vous de connecter les neurones pour déceler les mécanismes de l'addiction.

Une co-réalisation d'Écran Total et du Centre Hospitalier Vauclaire.



À partir de 12 ans |
Médiathèque Louis Aragon |

Jour par jour

**Face aux usages du numérique,
comment prendre soin de sa santé ?**

Samedi 1^{er} mars Écran Total, c'est parti !

C'est la journée mondiale du compliment, mais c'est aussi le point de départ d'Écran Total. Nous comptons sur vous pour faire de cette journée le début d'une grande vague d'amour.

Présentation animée du programme, vernissage ludique des expositions, petits ateliers et goûter. En présence de la Compagnie Les pas de travers.

Médiathèque Louis Aragon - 16h - Tout public |

**Tout le mois de mars,
passez commande au
bar à compliments !**



Lundi 3 mars

Session Jeu Vidéo et Santé Numérique

Rendez-vous avec Hervé Tourneur qui présentera sa malle « Ciné Game », permettant d'accéder à un catalogue de jeux variés principalement indépendants.



Médiathèque Louis Aragon |
Public Ado/Adulte - 16h |

La soirée se
poursuit ...

Projection du film : Sonic 3

Sonic, Knuckles et Tails se retrouvent face à un nouvel adversaire, Shadow, mystérieux et puissant ennemi aux pouvoirs inédits.

Studio 53 - Public Ado/Adulte |
17h30 - Tarif unique : 5€ |

Mardi 4 mars

Atelier - Mon Espace Santé ? Qu'est-ce que c'est ?

Les agents de la CPAM (Caisse primaire d'assurance maladie) présenteront le service Mon Espace Santé.

Comment est-il alimenté ? Par les soignants, par les patients ? À quoi peut-il nous servir au quotidien ? Autant de questions qui seront solutionnées dans cet atelier.



Salle des mariages - Public adulte - 10h |
Autre séance le mardi 25 mars à 10h |

Écrans : pouvons-nous encore vivre sans ?

Mercredi 5 mars

Atelier - Les bienfaits du jeu vidéo

Réflexes, stratégie, concentration, mémoire, entraînez votre corps et votre esprit avec le jeu vidéo !



Médiathèque Louis Aragon |
Tout public - 14h |



Vendredi 7 mars

HARDCORPS, le jeu !

Dans son rapport au numérique, le corps a ses raisons... que la raison est loin d'ignorer ! Prenez le contrôle du squelette et d'organes lors de ce jeu par équipe dans lequel vos décisions seront lourdes de conséquences.

Médiathèque Louis Aragon - 18h30 - À partir de 15 ans |
Restauration sur place offerte - Sur Inscription |



Samedi 8 mars

Ateliers - Parole Totale pour déjouer l'Écran Total !

Le bar à compliment a été investi par la Compagnie Les Pas de Travers et vos médiathécaires qui arrivent avec une caisse à parlotte pour échanger autour des écrans.



Médiathèque Louis Aragon - À partir de 14h |
Atelier en famille suivi d'un goûter - Dès 3 ans |



Mercredi 12 mars

Rencontre avec Mirion Malle

Mirion Malle est illustratrice et autrice de bande dessinée, particulièrement préoccupée par les questions de santé mentale et de féminisme.

Vernissage de l'exposition et rencontre dédicace.

En partenariat avec la librairie Les Bullivores.



Médiathèque Louis Aragon |
18h - Public Ado/Adulte |

Adolescence, quelles influences à l'ère du numérique ?

Vendredi 14 mars

Ciné-échange - Préliminaires

Projection du documentaire de Julie Talon : à l'âge des smartphones et des réseaux sociaux, le théâtre des premiers émois amoureux s'est transformé de fond en comble. Des témoignages poignants et édifiants recueillis par la réalisatrice dressent un portrait de la vie affective et sexuelle des adolescentes et adolescents aujourd'hui. La séance sera suivie d'un débat mouvant, en présence de deux professionnels.



Médiathèque Louis Aragon |
Accueil à 18h30, film à 19h - Public Ado/Adulte |

Samedi 15 mars

Spectacle - Des mots en jeux

Spectacle par la Compagnie des Pas de travers : scènes de parents, inspirées de la vraie vie, qui donnent à rire et réfléchir. Et les écrans dans tout ça ? Pour tous publics, de 0 à... 107 ans !



Studio 53 - 16h |

Mercredi 19 mars

Atelier - Les bienfaits du jeu vidéo

Réflexes, stratégie, concentration, mémoire, entraînez votre corps et votre esprit avec le jeu vidéo !



Médiathèque Louis Aragon |
Tout public - 14h |

Vendredi 21 mars

Ciné-échange - Santé mentale et réseaux sociaux

Projection gratuite du court-métrage « Influenceuse » : Lola, jeune adolescente introvertie passe ses vacances d'été seule chez elle, le nez collé à son smartphone. L'objet de son attention, Miss Billy une célèbre influenceuse star des réseaux sociaux. Entre envie, fascination et jalousie Lola s'abîme...

Séance suivie d'un échange sur l'impact des réseaux sur notre santé mentale. En partenariat avec l'APAJH 24 et le CMPP de la Dordogne.

Studio 53 - Public Ado/Adultes - 19h30 |

La soirée se poursuit ...



Projection du film : Nerve

Une lycéenne se retrouve plongée dans un jeu dangereux souscrit en ligne et la poursuivant dans la vraie vie. En partenariat avec Ciné Passion.

Studio 53 - Public Ado/Adultes |
21h - Tarif unique : 5€ |

Samedi 22 mars et Mercredi 26 mars

Atelier - ASMR

Nous vous proposons de tester cette nouvelle méthode de relaxation en passant derrière le micro. Atelier animé par Mélanie Rivière de Libra.

ASMR : acronyme qui désigne la sensation de bien-être provoquée par certains stimuli auditifs, visuels, olfactifs ou cognitifs.



Médiathèque Louis Aragon |
Tout public - 14h |

Comment repérer les addictions ?

Mercredi 26 mars

Un soin 2.0 - Un podcast de l'association Phoenix Soins en Santé mentale

Réécoutez ou découvrez les quatre épisodes du podcast en présence de membres de l'association Phoenix Soins en Santé mentale.



Émission en public |
Dans les conditions du direct - 16h |



Atelier - Les bienfaits du jeu vidéo

Réflexes, stratégie, concentration, mémoire, entraînez votre corps et votre esprit avec le jeu vidéo !

Médiathèque Louis Aragon - Tout public |



Jeudi 27 mars

Sieste ASMR

Nous vous proposons de tester cette nouvelle méthode de relaxation pendant la sieste musicale, à partir des réalisations de l'atelier du 22 mars.

Studio 53 - 12h30 - Tout public |



Vendredi 28 mars

Rencontre : les écrans en sommeil

Addiction aux écrans, jeux sur internet, nomophobie, perte du sommeil, prise de risque, cybersexualité. Si ces sujets vous intéressent, Grégory Michel, professeur de psychologie clinique et chercheur, répondra à vos questions.

Studio 53 - Public Ado/Adultes - 18h30 |

Samedi 29 mars

Grignote numérique

La papote passe à table ! Échangeons ensemble sur les effets des écrans sur notre alimentation lors d'un quiz décalé. Pour éviter les petits creux, nous vous proposons de papoter tout en grignotant, pour un pique-nique pas comme les autres !

Médiathèque Louis Aragon - Dès 9 ans - 11h |

HARDCORPS, le jeu !

Dans son rapport au numérique, le corps a ses raisons... que la raison est loin d'ignorer ! Prenez le contrôle du squelette et d'organes lors de ce jeu par équipe dans lequel vos décisions seront lourdes de conséquences.



Médiathèque Louis Aragon - Dès 15 ans - 18h30 |
Restauration sur place offerte - Sur inscription |

INFOS & RÉSERVATIONS

Médiathèque Louis Aragon
Espace Agora
24750 Boulazac Isle Manoire

05 53 35 59 78
mediatheque-boulazacislemanoire.fr

Tous les évènements proposés sont **gratuits** sauf mention contraire



VILLE DE
BOULAZAC
Isle Manoire

En partenariat avec



France
services

