

# 10 JOURS D'ALTERNATIVES AUX ECRANS

# DÉBRANCHE!

Moins d'écran, plus de temps

2026

DU 19 AU 29 MAI



- CONFÉRENCES
- SPÉCTACLES
- ANIMATIONS
- PRÉVENTION

PROGRAMME  
DES ANIMATIONS  
À DOMÉRAT

# PROGRAMME DES ANIMATIONS À DOMÉRAT

10 jours d'alternatives aux écrans

Participez au défi «Débranche!» organisé par Montluçon Communauté et de nombreux partenaires locaux : 10 jours sans écran où plus de 60 animations vous sont proposées sur tout le territoire !

Du 19 au 29 Mai

MÉDIATHÈQUE CO-LIBRIS



Les consoles seront éteintes au profit de jeux XXL et d'un baby-foot : l'objectif ? Se retrouver, passer du temps ensemble dans la bonne humeur !

Mardi 19 Mai

12H30 MÉDIATHÈQUE CO-LIBRIS



**ATELIER  
MUSICOTHÉRAPIE**

par Emmanuelle Barsse

Prenez un moment pour vous, hors du temps. Déconnectez, détendez-vous grâce à la musicothérapie et aux instruments envoûtants.

Mercredi 27 Mai

14H-17H MÉDIATHÈQUE CO-LIBRIS



**ATELIER CRÉATIF SPÉCIAL  
«FÊTE DES PARENTS»**

À l'occasion des fêtes des Mères et des Pères, participez à des ateliers créatifs mêlant imagination et recyclage : écrivez de jolis poèmes et fabriquez des porte-clés personnalisés pour offrir un cadeau unique !

Vendredi 22 Mai

17H30 JARDIN CRÈCHE «AU ROYAUME  
DES P'TITS LOUPS»



**BALADE CONTÉE**  
/ Sur inscription / 0-6 ans

«Il était une fois dehors»,  
par Arnaud Redon

Une balade à petits petons, où les histoires vous prennent par la main. Comptines, musiques et jeux de doigts pour petites et grandes oreilles.

Vendredi 29 Mai

18H30 PLACE BACCHUS



**TOURNOI DE PÉTANQUE**  
/ Sur inscription

Ados & adultes

Profitez d'un tournoi de pétanque intergénérationnel où bonne humeur et esprit d'équipe seront au rendez-vous.

18H30 MÉDIATHÈQUE CO-LIBRIS



**JEU «LOUP GAROU»  
SPÉCIAL ADOS**  
/ Sur inscription

Qui ment ? Qui manipule ? Qui survivra ? Entre dans le village... mais attention : parmi vous se cachent des Loups-Garous prêts à tout pour gagner. Bluff, alliances, trahisons et fous rires garantis !

Retrouvez le programme complet sur :  
[www.montlucon-communaute.com](http://www.montlucon-communaute.com)

