

# RECONNECTER AUTREMENT

vers un équilibre numérique collectif

Le 5 mai 2026, le Grand rendez-vous annuel de Laval unie pour ses familles a rassemblé plusieurs partenaires qui ont affirmé l'importance d'agir collectivement pour favoriser l'équilibre numérique. Cette image illustre les bases d'une vision commune

Faciliter  
**L'ACCÈS À LA NATURE**

Miser sur de  
saines habitudes  
de vie

Éducation  
en plein air

LIVRES

Laisser les enfants  
être des enfants

Verdir

DES MILIEUX QUI  
**RECONNECTENT**

AUX HUMAINS ET  
AU RÉEL

Pour un usage réfléchi des  
outils numériques et une  
saine gestion des écrans

Développer et rendre accessibles  
des **ALTERNATIVES** aux  
**ÉCRANS**

CULTURE

LOISIR et  
SPORT

Jeu  
libre

Activités parents-enfants

Impliquer  
toute la famille

Adopter un  
rythme plus lent

Moins d'écrans dans les  
lieux publics

Ici, on mange  
sans écran

Cartographie  
des activités  
offertes

La boîte  
créative

JEUX

Créer des occasions  
de réussite hors du numérique

Favoriser des

**ORIENTATIONS,  
POLITIQUES et  
PRATIQUES**

organisationnelles  
qui tiennent compte de  
l'équilibre numérique

Inventaire des  
plans d'action

Être des  
modèles, se déconnecter  
nous-mêmes

**OUTILLER les  
PROFESSIONNELS  
et les INTERVENANTS**

**SOUTENIR  
LES PARENTS**

en renforçant leur sentiment  
de compétence face à  
l'équilibre numérique