



MA BOITE A OUTILS DE PARENT CONNECTE

Pôle Développement Social Local des PEP76

Action "aide au numérique"



ENFANTS ET ÉCRANS

Une campagne de sensibilisation

96 % des enfants français possèdent ou utilisent aujourd'hui au moins un équipement numérique, le gouvernement lance une campagne de sensibilisation à la parentalité numérique.

42 %

des parents s'inquiètent de l'exposition de leur enfant
à des contenus potentiellement choquants

12%

des parents se disent sereins
quant à la consommation d'écrans de leur enfant

60%

des parents prennent des mesures d'interdiction
ou de limitation des écrans

JE PROTEGE MON ENFANT

Face à l'augmentation massive de l'usage des écrans par les jeunes enfants, le gouvernement lance une campagne de sensibilisation consacrée à la parentalité numérique.

C'est aussi l'occasion de faire connaître le site: jeprotegemonenfant.gouv.fr

Je protège
mon **enfant** dans
son usage **DES ÉCRANS**



jeprotegemonenfant.gouv.fr

La plateforme d'information et d'accompagnement à la parentalité numérique

LES RISQUES DES ECRANS EN CAS DE MAUVAIS USAGE

A aborder avec les enfants

- ✓ Pour la santé, le bien-être et le développement
- ✓ Retard de développement du cerveau et de l'apprentissage de compétences fondamentales (langage...), faibles capacités d'attention et de concentration, troubles de l'humeur, sentiment d'angoisse, violence, agressivité, perte de confiance en soi, sommeil perturbé/négligé, sédentarité, obésité, problèmes de vue...
- ✓ Exposition à des contenus choquants, inadaptés (racistes, haineux, dégradants, injurieux, sexistes, LGBT-phobes, pornographiques, torture, propagande...)
- ✓ Mauvaises rencontres et cyberviolences
- ✓ Consommation excessive, addiction
- ✓ Diffusion d'informations personnelles, mauvaise gestion de l'identité numérique et l'e-réputation

LES BENEFICES

Capacités de réflexion,
Recherches d'informations,
Curiosité, Socialisation
Découverte et valorisation des talents,
Des compétences pour un futur métier,
Des possibilités infinies de partage et
d'apprentissage en famille...

LES MAITRES-MOTS

Equilibre
Progressivité
Bon Sens Nuancé
Raisonnement

Interdire
Diaboliser
Culpabiliser
Espionner
Déresponsabiliser

LES MOTS A BANNIR

LES ETAPES A SUIVRE

- 1 S'informer et comprendre
- 2 Echanger et prévenir en famille
- 3 Construire en famille un cadre commun et des règles
- 4 Configurer les outils
- 5 Vigilance et communication permanente

LES CONSEILS POUR ALLER PLUS LOIN

- 1 Donner l'exemple en tant que parent en se disciplinant et se déconnectant des écrans.
- 2 Etablir un climat de confiance et de dialogue pour briser le silence, dédramatiser, évoquer en famille ces sujets et dangers.
- 3 Aider votre enfant à acquérir les bons réflexes de navigation et protection de données.
- 4 Matérialiser le temps passé sur les écrans (sablier, carnet).
- 5 Différencier les temps d'écran (travail/loisir, solitaire/partagé)
- 6 Comprendre la signalétique jeunesse selon les médias (TV, jeu vidéo...)

LES BONNES PRATIQUES ESSENTIELLES

- 1 La règle 3 - 6 - 9 - 12
- 2 Les 4 pas
- 3 Créer une charte familiale d'usage des écrans
- 4 Installer un contrôle parental sur tout appareil et toute plateforme: <https://www.e-enfance.org/espace-contrôle-parental>
- 5 Répertorier des bons contenus pour enfants
ex: <https://taleming.com/activites-enfants>

DIALOGUER ET CO-CONSTRUIRE DE BONNES PRATIQUES NUMÉRIQUES ENSEMBLE



<https://www.faminum.com>

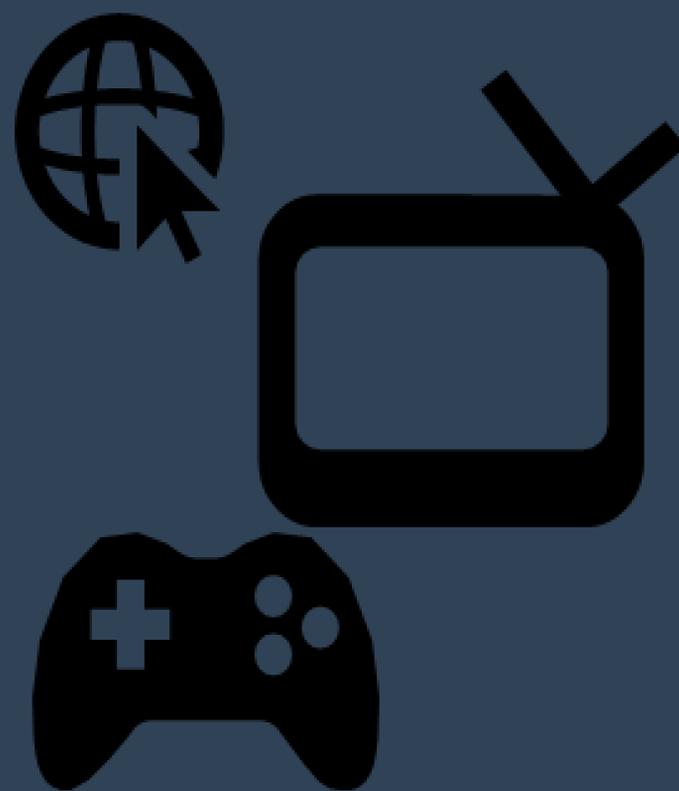
POURQUOI UTILISER FAMI NUM ?

L'utilisation que vos enfants font des écrans vous préoccupe ?

Vous cherchez des idées concrètes pour apaiser et sécuriser la vie numérique de votre famille ?

Faminum est un outil pour créer votre stratégie familiale personnalisée, reprendre le contrôle des écrans et accompagner vos enfants dans leur vie numérique.

APPRIVOISER les écrans et grandir



3

6

9

12



Avant 3 ans

L'enfant a besoin de construire ses repères spatiaux et temporels



De 3 à 6 ans

L'enfant a besoin de découvrir toutes ses possibilités sensorielles et manuelles



De 6 à 9 ans

L'enfant a besoin de découvrir les règles du jeu social



De 9 à 12 ans

L'enfant a besoin d'explorer la complexité du monde



Après 12 ans

L'enfant commence à s'affranchir des repères familiaux

La TV, pas avant  3 ans

La console personnelle, pas avant  6 ans

La Internet après  9 ans

Les réseaux sociaux après  12 ans

J'ai imaginé la règle « 3-6-9-12 » comme une façon de répondre aux questions les plus pressantes des parents et des pédagogues.

www.segetisseron.com

**4 TEMPS
sans écrans
=
4 PAS
pour mieux
avancer**



Les écrans fatiguent l'attention et empêchent la concentration, même à petite dose. Les résultats scolaires peuvent diminuer.



Votre enfant vous parle moins et vous lui répondez moins quand la TV est allumée, quand vous regardez votre portable. Parler souvent et régulièrement avec son enfant stimule son langage et son intelligence. Les écrans n'aident pas l'enfant à réfléchir.



Sans écrans dans sa chambre, l'enfant apprend à ne pas s'angoisser quand il est seul. Il peut alors imaginer, créer, inventer. Les parents gardent le contrôle sur ce qui entre dans le cerveau de l'enfant. Ils le protègent des images violentes ou pornographiques qui sont traumatisantes et excitantes pour lui.

La lumière bleue des écrans inhibe la mélatonine et retarde l'entrée naturelle dans le sommeil. Lire une histoire, chanter une comptine, parler avec votre enfant le calme et le sécurise. Regarder un écran avant de s'endormir produit l'effet inverse.



VOUS N'ETES PAS SEULS !

net
ecoute.fr
0800 200 000



<https://www.saferinternet.fr/net-ecoute-2/>

GIP Enfance en Danger

SERVICE NATIONAL D'ACCUEIL TÉLÉPHONIQUE DE L'ENFANCE EN DANGER



Le 119 au service des droits de l'enfant

Livret labellisé par le Défenseur des droits



ALLO, PARENTS EN CRISE

N°Vert 0 805 382 300
(service et appel gratuits)

**PARENTS, JEUNES ET PROFESSIONNELS EN CRISE
BESOIN DE PARLER ?**

Appellez nos psychologues et professionnels de la parentalité.

APPELEZ LA FNEPE* ET SON RÉSEAU

Du lundi au samedi, 10h-21h
Appel anonyme et échanges confidentiels, service et appel gratuits.



*La Fédération nationale des Écoles des parents et des éducateurs, association loi 1901, reconnue d'utilité publique, regroupe des associations de soutien à la parentalité.

Avec le soutien de



LES RESSOURCES SUPPLÉMENTAIRES

Pour rester et devenir un **SUPER** parent connecté

L'association e-Enfance

<https://www.e-enfance.org>

NetEcoute

<https://www.netecoute.fr>

La Commission Nationale Informatique et Libertés

<https://www.cnil.fr>

<https://www.internetsanscrainte.fr>

<https://www.mon-enfant-et-les-ecrans.fr>

L'association 3-6-9-12

<https://www.3-6-9-12.org>

<https://www.educnum.fr>

Observatoire de la Parentalité et du Numérique

<https://www.open-asso.org>

CLEMI (La Famille Tout Ecran)

<https://www.cleми.fr>

Le jeu vidéo expliqué aux parents

<https://www.pedagojeux.fr>

<https://www.tralalere.com/page/catalogue>

Pharos

<https://internet-signalement.gouv.fr>

Répertoire d'activités en ligne

<https://taleming.com/activites-enfants>

LES APPLIS MOBILES

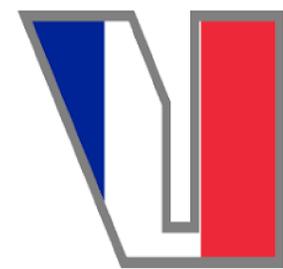
Pour apprendre le Français



Français premiers pas



Leximage Plus



Verbes Français



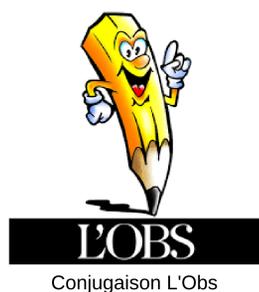
Reverso Context



Lyrics Training



DéTECTEUR DE FAUTES



Conjugaison L'Obs



FrançaisTest



Pour en savoir plus sur les activités du PDSL

Service géré par l'Association des PEP 76



<https://www.lespep76.fr/>