



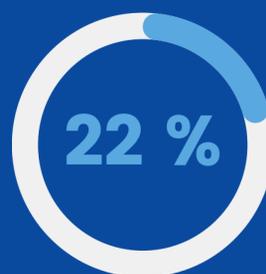
L'éducation aux écrans

Ensemble des pratiques visant à enseigner une utilisation responsable et critique des écrans. Elle vise à développer des compétences pour évaluer les informations en ligne, gérer la sécurité et la confidentialité, tout en favorisant une utilisation équilibrée et créative des médias numériques.

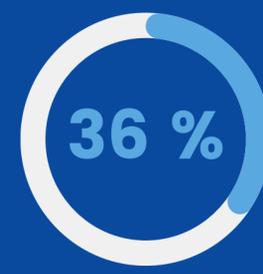
En chiffres



En France, les enfants âgés de 7 à 12 ans passent en moyenne environ 2 à 3 heures par jour devant des écrans.
(CREDOC, 2020)



des 7-12 ans possèdent un smartphone



des 7-12 ans possèdent une tablette.

(IPSOS/Junior Connect' 2017)



Thèmes abordés

PLAISIRS ET RISQUES

EFFETS DES ÉCRANS SUR LA SANTÉ PHYSIQUE ET MENTALE

ÉCRANS ET ÉMOTIONS

PRATIQUES NUMÉRIQUES

JEUX VIDÉOS, VIOLENCES (PÉGI)

UTILISATIONS DES ÉCRANS

IDENTITÉ NUMÉRIQUE

Repères*

Surveiller la surexposition aux écrans pour éviter la fatigue oculaire, la sédentarité et les troubles du sommeil.

Éviter l'exposition des enfants aux écrans avant l'âge de trois ans.

Garder un œil sur l'utilisation des écrans chez les enfants pour favoriser des interactions positives et prévenir les impacts émotionnels négatifs.

Eduquer sur la sécurité en ligne en enseignant les bonnes pratiques pour naviguer en sécurité.

Respecter les classifications d'âge : elles indiquent si le contenu des jeux est adapté aux enfants.

Suivre les 4 PAS : Pas le matin, pas pendant les repas, pas avant le coucher, pas dans la chambre de l'enfant.

Rester prudent sur internet : utiliser un pseudonyme et garder ses mots de passe secrets !

* Un repère sélectionné par thématique