



Ecrans et numérique

Eduquer sans priver ?

en collaboration avec :

Droits photos: **Couverture:** Jacob Wackerhausen – **Page 3 :** asantosg – **Page 4 :** shapecharge / Jacob Wackerhausen – **Page 5 :** scanrail / deepblue4you / gerisima / mactrunk / SVProduction / Boast / muzaffertopuz / tstajduhar – **Page 6 :** Mahmud013 / Wavebreakmedia – **Page 7 :** SanyaSM / skynesher – **Page 8 :** Nuthawut Somsuk / hidesy – **Page 9 :** bymuratdeniz / générée par IA – **Page 10 :** générée par IA / Liudmila Chernetska – **Page 11 :** générées par IA (les 2) – **Page 12 :** anyaberkut – **Page 13 :** Jacob Wackerhausen / EKIN KIZILKAYA - **Page 14 :** AaronAmat – **Page 15 :** Kiwis / Olyak / Bet_Noire / filadendron / génération numérique – **Page 16 :** doble-d – **Page 17 :** Motortion / Frédéric Michel / Richard Villalonundefined undefined / e-Enfance 30.18 / Liubomyr Vorona – **Page 19 :** deepblue4you – **Page 20 :** Dragen Zigic – **Page 21 :** AlexSecret / PeopleImages – **Page 23 :** AlonzoDesign

Quelques chiffres qui parlent d'eux-même

Depuis l'apparition d'Internet pour le grand public suivie par celle du SmartPhone dans les années 2006/2007, l'omniprésence des écrans et objets numériques « smart » s'est généralisée. Au point qu'il est impossible aujourd'hui de priver les enfants d'accès à ces outils. Ils font partie de leur quotidien (téléphone, tablette, ordinateur, TV, console, objet connecté...).

L'ambition modeste de ce guide est de regrouper les informations nécessaires à l'inscription des outils numériques dans notre quotidien de premiers et ultimes éducateurs de nos enfants.

LE SAVIEZ-VOUS ?

Temps d'écran moyen

0h56

à 2 ans

(Santé Publique France)

83%

des français possèdent un ordinateur (INSEE)



1h20

à 3 ans et demi

(Santé Publique France)

96%

des français possèdent un téléphone portable (INSEE)

2h30

début de collège

(Santé Publique France)

99%

des 12 à 19 ans

(source Jeunes et Média)

- ont un téléphone portable ou un smartphone
- sont quotidiennement sur Internet
- passent 2,5 heures par jours sur Internet, voire 4h le week-end
- utilisent leur portable tous les jours

La place des parents, premiers éducateurs

Il y a 30 ans, en 1993, les forfaits téléphoniques duraient 3h et coûtaient 250 francs (38€ actuels). Les SMS étaient parfois en option. Pour le grand public, Internet et le World Wide Web en étaient à leurs balbutiements pour le grand public. En 1995, l'élection de Jacques Chirac à la Présidence de la République était la première retransmise sur Internet par le service public, en plus de la télévision et du minitel et c'était un « événement exclusif ». Ce dernier promeut pendant quelques années encore le minitel, avant de lancer les premiers plans en faveur du haut débit. En parallèle, étudiants et chercheurs dans leurs laboratoires d'une part, badauds entassés dans les nombreux cybercafés, utilisaient Yahoo! et Alta-Vista pour effectuer leurs recherches. La situation actuelle relevait de la science fiction. Vers le milieu de la première dizaine des années 2000, avec l'apparition d'outils « révolutionnaires » comme le smartphone, la fiction a rejoint la réalité et aujourd'hui notre monde est chaque instant plus connecté... Comme dans « Star Trek », mais en vrai ! **Avec un problème majeur: nous, parents, découvrons ce monde en même temps que nos enfants.**

Nouvelles règles

Nos parents ont reçu de leurs les « codes » d'éducation qu'ils nous ont transmis. Aucun de ces codes ne comprenait un guide pour comprendre et accompagner la vie de nos enfants dans un monde où le numérique est la colonne vertébrale de toute action.



Accompagner !

La tentation est grande de vouloir contrôler par la privation, surtout lorsque l'actualité met en lumière un ou plusieurs faits liés aux mauvais usages du numérique. Nous proposons ce guide pour accompagner et non pour priver !

Un nouvel outil: le smartphone

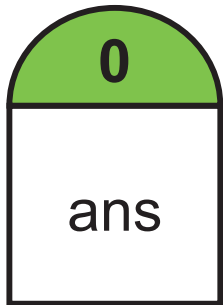
Des pouvoirs phénoménaux dans la poche...



Même le smartphone le moins sophistiqué concentre, en une seule main, une multitude d'appareils disponibles immédiatement, en même temps, alors qu'il nous était progressivement donné de prendre le temps de les appréhender, à chaque âge, avec l'accompagnement de nos parents, au cours de notre jeunesse. **La culture de l'instantanéité vient en partie de la disponibilité immédiate de tous ces appareils** en un seul terminal tenant dans la paume de la main (et dans la poche).

Parents, premier accompagnateur

La méthode 3-6-9-12 ... développée par Serge Tisseron, pédo-psychiatre et promue par l'ARCOM propose un certain nombre de bornes, par paliers de 3 ans, permettant de construire et d'accompagner nos enfants progressivement vers l'usage des outils numériques.



Avant 2 ans, c'est 0 écran. En particulier, la communauté médicale recommande de **ne pas exposer les enfants à la télévision** avant cet âge, afin de permettre le développement neuro-moteur de la manière la plus active possible.

C'est en effet **dans la tranche d'âge 0-2 ans** que l'enfant acquiert le plus par l'expérience, la tentative, l'échec successif jusqu'au succès... En d'autres mots « le jeu ». Langage, capacité à marcher, premiers raisonnements... C'est par l'activité et l'interaction (sons, images...) que tout cela s'acquiert.



Vers 3 ans, il est possible de commencer, à fins de « découvertes » certaines activités et jeux, **accompagnés**, sur la tablette ou l'ordinateur. Cela doit rester progressif **en ne dépassant pas le 1/4h d'exposition cumulée tout écran -télé incluse, donc-**.



De 3 à 6 ans, partageons l'expérience numérique en famille. Durée toujours limitée, accompagnée et à heure fixe pour aider à l'assimilation de la notion de durée. **Le non numérique reste le type d'activités à privilégier.**

Aller plus loin >>> <https://www.3-6.9-12.org>

Accompagner, sans priver !

6
ans

De 6 à 9 ans, l'enfant va entrer dans la lecture, comprendre les règles du jeu social, de la vie en société. **Il est temps de commencer à fixer certaines règles.** Par exemple, avec un appareil photo numérique, expliquer la **notion de vie privée et de droit à l'image.**



C'est également l'âge idéal pour découvrir les premiers outils numériques: Scratch, Stop Movie... Enfin, car cela va arriver vite, intéressons nous à l'appareil qu'il ne manquera pas de demander lors de son entrée au collège : le premier téléphone. **Une idée: à chaque besoin son appareil** : un téléphone pour téléphoner, un appareil photo pour photographier, **un réveil pour donner l'heure et se réveiller...**

9 à 12 ans: quelques règles de protection. C'est la période de bascule. Vers 10/11 ans, l'enfant va entrer au collège. Les quelques écrans que nous maîtrisons alors dans notre cercle familial vont devenir des dizaines autour de lui. Il est important de préparer l'entrée au collège avec lui, et de présenter le pour et le contre des écrans qu'il croisera.

9
ans

Les 3 règles d'Internet:

1. Tout ce qui est sur internet est considéré comme « public ».
 2. Tout ce qu'on met sur Internet y reste pour toujours.
 3. Tout ce qu'on trouve sur Internet n'est pas vrai.
- Il ne faut pas hésiter à consulter plusieurs sources.**



C'est alors qu'arrive l'adolescence....

L'entrée en sixième: une charnière

L'entrée en sixième coïncide souvent avec le premier téléphone portable. Beaucoup de parents se demandent comment faire pour éviter les pièges mis en lumière par une actualité souvent sensationnaliste et souvent irrationnelle.

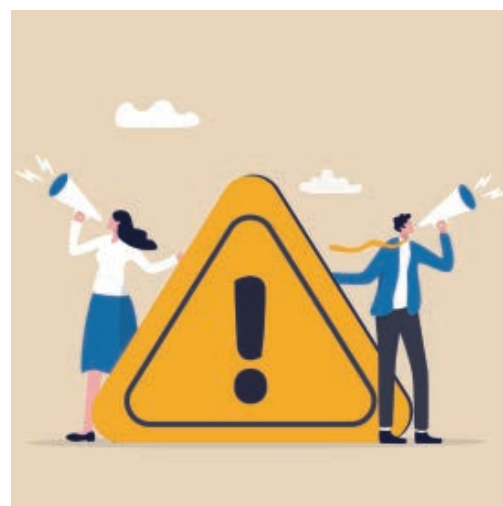
Comment aider et accompagner au mieux mon enfant ?

Le premier téléphone...

Pourquoi l'enfant en veut un: pour ne pas être exclu socialement, pour « faire comme les autres » et aussi parce que « mon copain Jules en a un que ses parents lui ont offert ».

Le rôle du parent : Nous avons de multiples raisons qui nous font considérer que c'est le bon moment pour lui procurer son premier téléphone portable: besoin de le ou la contacter, nouveaux modèles familiaux (parents solo, familles recomposées...) Toutes ces raisons sont légitimes. Mais la décision se veut parentalement réfléchie et l'enfant, là aussi doit être accompagné.

La question à se poser: de quoi a-t-il ou a-t-elle absolument besoin dans sa poche ? (cf. page 5). Un téléphone ou un smartphone ?



A noter

l'accès au smartphone entraîne la possibilité technique d'utiliser Internet, les messageries (Discord, Whatsapp, Telegram...), l'accès aux réseaux sociaux comme Facebook, Twitter, Tik-Tok, Instagram...



Pourquoi ne pas **envisager un téléphone à clapet**, avec SMS et, éventuellement, autres applications de messagerie ?



Réseaux sociaux



Age légal d'accès

Les différents **outils de « réseautage »** dits **« réseaux sociaux »** sont assez récents. Ces sociétés de droit privé, pour la plupart américaines ou chinoises, proposent des plateformes permettant d'échanger photos, vidéos, parfois des articles ou des publications avec des groupes d'ami(e)s. **Ces plateformes nécessitent l'acceptation de conditions générales** (le contrat de licence). Parmi ces conditions, il y a l'âge légal pour détenir un compte qui est de 13 ans désormais pour toutes les plateformes —Whatsapp est descendu de 16 à 13 ans le 11 Avril 2024. (conformité à la loi états-unienne *Children's Online Privacy Protection Act* et *article 8 du Règlement Général sur la Protection des Données européen*)

A noter que **sur Youtube et Tik-Tok**, il est possible de regarder des vidéos avant 13 ans mais il faut avoir au moins 13 ans pour détenir un compte.



Majorité numérique

En France, **la loi 7 juillet 2023 a fixé l'âge de la majorité numérique à 15 ans**. Cela signifie que jusque cet âge, aucun enfant ne peut s'inscrire seul sur les plateformes sociales. De plus avant l'âge de 18 ans, la loi européenne interdit aux plateformes de proposer de la publicité ciblée. Mentir sur son âge lors de l'inscription exposera inévitablement à de la publicité inadaptée pour la classe d'âge. Exemples: violence, tabac, alcool, contenu adulte...

Actuellement cette mesure n'est pas assortie de sanctions législatives pour le jeune, ni pour les parents.

Au moment où nous rédigeons ces lignes, un nouveau « comité d'experts » est sur le point de remettre de nouvelles préconisations.

Attentions aux excès !

Effets sur la santé

Il y a un consensus scientifique sur les effets des écrans sur la santé des jeunes. Outre une exposition trop précoce (cf. les bornes, pages 6 et 7) l'adolescent n'est pas à l'abri de conséquences sur sa santé. Sédentarité, acuité visuelle, accentuer des risques déjà présents...)



IDEE A CREUSER

Reposer ses yeux régulièrement

Regarder le plus loin possible pendant 20 secondes toutes les 20 minutes est un exercice qui reposera les yeux. **A reproduire sans modération.**

Sédentarité



IDEE A CREUSER

L'immobilisme du corps et des muscles pendant l'usage des outils numériques aboutit aux conséquences d'un manque de mouvements. On pense immédiatement au développement de l'obésité mais des troubles musculaires sont aussi fréquemment observés. Il faut donc régulièrement bouger afin de faire travailler le corps. Attention à **l'excès de sédentarité car il va construire petit à petit les problèmes de demain: surpoids, problèmes articulaires divers.**

Rester mobile et actif

Par exemple, toutes les heures, se lever, marcher, emprunter les escaliers.

Une activité en fin de journée permet aussi de compenser.

Effets à long terme



Impacts sur la vue

La vue peut être « attaquée » de plusieurs manières. Ce ne sont pas les écrans en eux-même qui semblent poser problème, mais **le fait de concentrer sa vue sur une zone précise pendant un temps long** semble être un facteur accentué de développement de pathologies comme la myopie, et diverses sources de maux de tête.

De même, on constate que bien souvent l'environnement autour de l'écran utilisé n'est pas correctement éclairé. Que ce soit pour regarder un film à la télévision, surfer sur internet ou même lors d'une visioconférence. **Il convient d'allumer une source lumineuse supplémentaire.**

« Ce rêve bleu... »



Tous les écrans émettent de « **la lumière bleue** ». Une surexposition à celle-ci va accentuer certaines pathologies (de la simple fatigue visuelle à la cécité). De même, selon **l'Agence Nationale de Sécurité sanitaire et de l'environnement**, elle impacte le sommeil et peut favoriser des réaction biochimiques ralentissant la création de la mélatonine (hormone du sommeil). **Les enfants et adolescents y sont particulièrement sensibles**, en raison d'une moindre capacité à filtrer (attaques répétitives sur cristallin et rétine).

LE SAVIEZ-VOUS ?

Ecran vs sommeil

Limiter les usages des écrans le soir : Le **docteur**

Marc Rey, président de l'Institut national du Sommeil, recommande de ne pas dépasser 1 à 2h. De même, pour limiter toute forme de « parasitage lumineux » du sommeil, **éviter toute forme d'éclairage inutile dans la chambre (écran, voyants...)**

Risques liés aux contenus

Fake News



Contrairement à une idée reçue, de nombreux jeunes ne sont pas dupes sur les contenus qu'ils consultent. Le « si c'est gratuit c'est toi le produit » est a priori compris, comme le fait de « faire du buzz et gagner de l'argent ». L'influenceur, ce mot inconnu des parents, n'a quasi aucun secret pour nos enfants. Sur d'autres sujets, discerner le vrai du faux semble plus compliqué. C'est là que les parents, premiers éducateurs, ont leur place à tenir afin de développer l'esprit critique: **ce n'est**

pas parce que c'est sur internet que c'est vrai !!! Attention à la désinformation.



S'interroger pour vérifier une information qui semble étrange, difficile à croire...

Liste de question à se poser, non exhaustive : Qui parle ? Connait-on son parcours ? Son positionnement politique ? Son avis sur certains sujets de société, clivants ou non ? Dans quel(s) but(s) et dans quel(s) contexte(s) a été faite cette déclaration ? Est-ce que l'affirmation est sourcée/illustrée par des éléments avérés (Attention au sourcing croisé !) Qu'en dit le consensus scientifique ? Qu'en disent les spécialistes de la « vérification d'informations » ?

Si c'est une photo, une date permet-elle de mieux comprendre ?

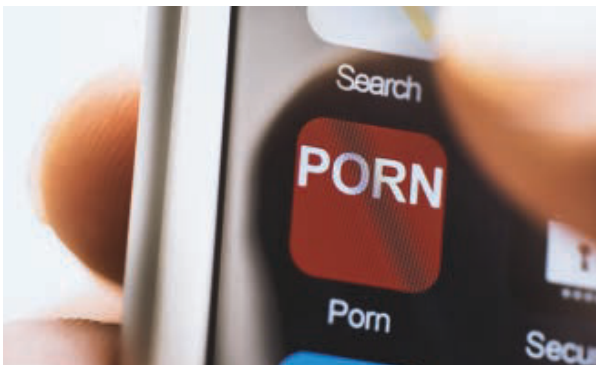
Si c'est un contenu audiovisuel, un montage dérangentant voire angoissant est-il utilisé ? De la musique et un éclairage particuliers sont-ils utilisés ? etc...

Douter est légitime, une bonne chose, et aide à vérifier une information. Nous, parents, devons aider nos enfants à développer cet esprit critique. Pourquoi ne pas discuter de ces informations ensemble, sans abuser de la posture parentale éducatrice ?

Protection de la vie privée

Vie privée et données personnelles

A l'âge d'arpenter les réseaux sociaux, il convient de se poser des questions et de se rappeler que **sur Internet, rien n'est jamais effaçable**, tout reste. Une photo, une vidéo, un message... posté sur les réseaux –y compris en « privé sur sa page»– a de forte chance de vous suivre toute la vie. Une question à se poser avant chaque post: oserai-je dire cela en public ? **On préférera paramétrer les comptes sur la restriction la plus privée possible et désactiver la géolocalisation** ou la réserver uniquement aux proches.



Et la pornographie ?

Sujet pas facile mais essentiel. **Une nouvelle fois le dialogue va devoir primer à tout autre posture avec l'enfant concerné.** Des ressources existent pour être accompagné et savoir comment s'y prendre (ex: guides gratuits multilingues *The Porn Conversation*). Dans tous les cas, **tout adolescent sera à un moment ou à un autre exposé à des images « adultes »**, parfois en conséquence de visite de sites peu sûrs (ex: fenêtres surgissantes infinies sur les sites de steaming), d'autres fois via des camarades initiateurs. Dans tous les cas, si l'enfant en ressort perturbé, il n'osera pas forcément en parler. **Et pourquoi le parent n'aborderait-il pas le sujet spontanément et avec bienveillance ?** C'est d'autant plus important pour les ados approchant du début de leur vie sexuelle. Rappeler aussi fréquemment que photos et vidéos pornographiques participent d'une industrie, à but lucratif. Tout cela est joué, scénarisé et exagéré pour répondre à certains fantasmes adultes. **Enfin ne pas oublier de rappeler qu'en conséquence, ces contenus véhiculent des clichés tels que le sexisme, la primauté du désir masculin sur le féminin, l'image dégradée de la femme...**

Aller plus loin >>> <https://theconversation.org/>

Et la vie sociale dans tout ça ?

Temps passé



On peut être tenté de se dire que les écrans éloignent les jeunes les uns des autres ou d'avec leur famille. **Il s'agit de bien distinguer les différents usages des jeunes** et pourquoi telle ou telle application est utilisée. **Passer du temps sur les réseaux sociaux ou sur des jeux vidéo en ligne peut être justement une source de sociabilité avec son groupe d'amis**, à un âge où le besoin de contact avec les pairs est très important. En outre, les passions et les centres d'intérêts peuvent se vivre via les écrans (jeux vidéo, séries, animes, tutos sur Youtube...). En somme, **tout temps passé sur un écran n'est pas néfaste en soi, tout dépend du contenu** et de ce qu'en retire l'utilisateur.

IDEE A CREUSER



Mon enfant y consacre-t-il trop de temps ?

Tout est une question d'équilibre avec les activités essentielles de la semaine : L'usage des écrans et du numérique devient problématique s'il empiète sur l'hygiène, l'alimentation, le sommeil... si cela se fait au dépend de moments passés avec amis et familles.

Fixer ensemble, parents et enfants, des règles de temps et de période d'usage, des durées maximales à ne pas dépasser. Les revoir régulièrement avec les enfants, en fonction de l'âge.



Parents prescripteurs en mots et en actes !

Exemplarité



Avis d'Expert

Génération Numérique, association agréée par le Ministère de l'Education Nationale, intervient pour sensibiliser, informer et éduquer aux médias, à l'information et au numérique auprès d'enfants, d'adolescents et d'adultes, partout en France.



En matière d'exemplarité, il semble qu'on soit souvent dans le « Faites ce que je dis, pas ce que je fais ! »

GN « En effet, les collégiens et lycéens que nous rencontrons tout au long de l'année portent fréquemment un regard assez amer sur l'indisponibilité de leurs parents, happés par leurs écrans, qui n'appliquent pas à eux-mêmes les conseils voire injonctions qu'ils leur donnent. »

Des exemples précis ?

GN « On peut citer le téléphones à table, le refus de passer du temps avec eux parce que le parent "est occupé sur un truc" ou l'utilisation des écrans tard le soir... Les pratiques des adultes sont souvent jugées sévèrement par les enfants. »

Quel en est l'impact sur les enfants ?

GN « Cet écart entre le discours et la pratique entretient un sentiment d'injustice. Cela a pour effet in fine de saper le discours parental. Pourtant l'image que l'on renvoie à ses enfants est un enjeu de taille pour faire passer ses messages et les faire accepter. De plus, tous les conseils aux jeunes en matière de sécurité, de vie privée ou de regard critique sur les contenus que l'on visionne sont évidemment valables aussi pour les adultes ! »

Cyril di Palma - Délégué général Génération Numérique



Aller plus loin >>> <https://asso-generationnumerique.fr/>

Cyberharcèlement

Violences sur Internet, harcèlement

Il ne sera pas toujours aisé pour un enfant de dire à ses parents qu'il a fait une mauvaise expérience en ligne. Certains signes peuvent cependant alerter sur le fait qu'il a eut-être subi des violences sur Internet, voire du cyberharcèlement.



Surveiller les changements soudains de ses humeurs et comportements :

est-il anxieux, irritable, en colère ou triste après avoir consulté son téléphone ? Change-t-il d'attitude envers ses outils numériques : délaisse-t-il subitement ses écrans ? Change-t-il ses comptes sur les réseaux sociaux ?

Observer si le fait de parler d'activités sur Internet ou en ligne devient plus sensible ou compliqué que quelques temps auparavant. **Il peut s'agir d'un signal faible** lié à un malaise ou une honte par rapport à l'expérience vécue.

Comment prévenir ? Comment réagir ?

Des violences répétées en ligne –ou ailleurs– peuvent générer un mal-être qui se percevra de **façon plus globale sur la vie sociale des enfants**, par exemple **abandon d'activités** ou **refus de voir des amis**. Des **pertes de sommeil ou d'appétit**, des **résultats scolaires** en baisse, constituent aussi des marqueurs d'un mal-être.



Réagir

1- SURTOUT NE PAS TENTER DE REGLER LE PROBLEME SOI MEME

2- Rassurer l'enfant : écoute, bienveillance, lui rappeler le rôle des parents en qui il peut avoir confiance sans crainte.

3- Contacter l'équipe éducative de l'établissement.

4- Si besoin il peut être possible de déposer plainte : insultes, diffamation et menaces sont sanctionnées par la loi (des preuves possibles: copie des messages, capture d'écran).

Prévenir

Indépendamment de toute situation avérée, il est recommandé de **dialoguer avec les enfants** pour prévenir toute situation et **développer les bons réflexes**:

1- Identifier les ambassadeurs s'il n'existe parmi les élèves et qui pourront apporter du soutien.

2- Encourager les enfants à chercher de l'aide auprès d'adultes de confiance au sein de la communauté éducative ou en dehors (numéro 3018).

3- Expliquer comment enregistrer des preuves (capture d'écran) au cas où une situation serait avérée.

Aller plus loin >>> www.e-enfance.org

Et si mon enfant cyberharcèle ?

Une autre crainte des parents concerne le phénomène inverse : **découvrir que son enfant est auteur d'intimidation ou de harcèlement en ligne provoque un grand désarroi**. Si ce sentiment est naturel, il induit souvent des réactions contre-productives pour aider le jeune agresseur à changer.

En cas de soupçons, certains signes peuvent laisser des indices sur la manière dont il interagit avec les autres.

- 1- Il ou elle a tendance à se survaloriser, à pointer les défauts chez les autres.
- 2- Il ou elle utilise fréquemment des injures dévalorisantes, se vante souvent et provoque.
- 3- Il ou elle refuse de se plier aux règles. Il a tendance à passer du temps avec des enfants plus jeunes, ou moins forts que lui...
- 4- Il ou elle modifie son mode d'interaction dans la fratrie : reproduction des attitudes envers sa « victime ».

Dialogue et écoute, accompagnement, une nouvelle fois.

Parler du harcèlement en général et observer ses a réactions. En cas de situation avérée, évoquer la notion d'empathie. Essayer de provoquer l'empathie envers la victime et faire de l'enfant auteur de faits de harcèlements un acteur acteur de la solution. Le recours à l'aide d'un professionnel de santé n'est pas une honte, l'enfant se confiant plus facilement un psychologue.

Pourquoi ?

Plusieurs raisons peuvent pousser des enfants à s'en prendre à d'autres. Certains enfants, par effet de groupe ou par ce qu'ils ne se rendent pas compte que leurs « jeux » ou « blagues » font, en réalité, du mal, peuvent tout à fait être dans un rôle de harceleur sans le savoir. Cet aspect « suiveur », par volonté d'intégration ou par peur, peut concerner tout enfant.

L'origine de ce comportement peut aussi tenir d'un mal-être aux causes multiples :

- manque de confiance en soi,
- situation familiale compliquée,

- harcèlement que l'enfant a lui-même vécu par le passé,
- emprise d'un enfant tiers...

Le (cyber)harcèlement peut également provenir d'un besoin de reconnaissance sociale, au collège notamment, à un âge où la popularité est très importante. Enfin, dans une petite partie des cas, le passage à l'acte vient d'un déficit d'empathie ou d'une méconnaissance des limites, qui eux-aussi ont des ressorts multiples (psychologiques, éducatifs...).

Dans tous les cas, si les faits de harcèlement sont avérés, l'après devra passer par un dialogue avec l'enfant pour comprendre les raisons de ses actes, qu'il prenne conscience des conséquences de ceux-ci, pour mettre des mots sur ses émotions, réinstaurer un cadre, engager un processus d'excuses auprès de la victime...



LE SAVIEZ-VOUS ?



A partir de 13 ans, un mineur peut être condamné par un juge à payer une amende (plafonnée à 7.500 €) et à de la prison (la moitié maximum de la peine prévue pour les adultes). Son casier judiciaire n'est pas effacé à sa majorité.

Le délit d'injures peut être condamné d'une amende de 12.000 € (pour une personne majeure donc). Pour des injures à caractère discriminant (racisme, sexisme, homophobie, etc.), la peine peut s'élever à un an de prison et 45.000 € d'amende.

Concernant le droit à l'image, diffuser une image de quelqu'un sans son accord, y compris dans un lieu public, est passible d'un an de prison et 45.000€ d'amende maximum. Dans le cas de la diffusion d'un contenu à caractère sexuel, la peine monte jusqu'à deux ans de prison et 60.000 € d'amende.

Le harcèlement scolaire lui, est passible jusqu'à dix ans de prison et 150.000€ d'amende.

Quel(s) rôle(s) pour l'école ?

En tant que parent, cette question se présente très vite à nous. D'un côté, le corps enseignant, le chef d'établissement... s'émeuvent souvent de l'hyper-présence des écrans –en particulier du smartphone– dans la vie de nos enfants. De l'autre côté, comme un grand écart, l'établissement numérise de plus en plus son action: adoption massive des ENT (ProNote, EcoleDirecte...), dématérialisation des supports de cours, des devoirs à la maison notés, partage de liens vidéos aux élèves. **Il en résulte que certains parents se retrouvent perdus entre ce qu'ils entendent aux réunions de rentrée ou signent dans le règlement intérieur, et une pratique encouragée qui semble contraire.**

Cohérence

En tant que **premiers éducateurs de nos enfants**, nous, parents, avons toute notre place pour **contribuer à un cadre d'utilisation qui permette à l'ensemble de la communauté éducative** de tenir un discours cohérent entre, par exemple, l'interdiction du smartphone pendant le temps de présence des enfants sur l'établissement et l'utilisation massive des outils numériques favorisant la dématérialisation ENT, Ecole Directe, ProNote, devoir à la maison noté tout électronique (ex: Quick...)

Ce sont autant de thèmes que **l'ensemble de la communauté éducative doit porter** et promouvoir de manière coordonnée, en application du projet éducatif de l'établissement. Il ne serait pas anormal de voir l'APEL et des parents contribuer à ce sujet, voire dans certains cas en porter l'animation.



Nuit sacrée !

L'école, est le premier endroit où les enfants doivent apprendre à être « déconnectés ». Elle se doit donc d'être exemplaire. **Pourquoi ne pas proposer un droit à la déconnexion permettant de sanctuariser le sommeil des élèves ?** Par exemple, est-il entendable un souhait de l'école de limiter les écrans, et de l'autre envoyer via Ecole-Directe un devoir ou message urgent à 22h04 obligeant à avoir un écran accessible la nuit ?

Cohérence éducative globale

Les devoirs

Le contenu des devoirs peut parfois également interroger au titre de l'exemplarité. **Comment habituer les enfants aux bons réflexes si ceux qui dispensent le savoir ne les appliquent pas toujours ?** Liens vers des plateformes non limitées, droits d'auteur... Il n'est pas rare de constater cela dans les agendas des enfants. Et s'il n'est pas possible de changer de source, **pourquoi ne pas proposer un support « sous contrôle »** : Par exemple les professeurs peuvent récupérer par des moyens légaux les supports concernés sur les plateformes (vidéos, musiques...) et les déposer sur un outil numérique dédié à la pédagogie (le « cloud » de l'ENT ?). **Ou encore**, parents et enfants peuvent convenir que sur **certaines plateformes (Youtube, DailyMotion, AppleMusic, Spotify...)** l'accès soit fait en **présence des parents**.



Messageries

Les messageries sont utilisées partout. Whatsapp, Signal Messenger ou Facebook Messenger **ne répondent pourtant pas aux exigences de sécurité et de protection des données** évoquées précédemment. De plus, une utilisation dévoyée de ces outils permettent à des "fortes têtes" de prendre l'ascendant sur d'autre, allant parfois jusqu'à un rapport du harcèlement. **A utiliser à partir de 13 ans uniquement, et avec discernement.**



Un enjeu éducatif !

Pix® pour les collégiens, Le Permis Internet® pour les écoliers... voilà des noms de programmes d'accompagnement des élèves. Ces programmes, suivis dans le cadre de la scolarité, sont autant d'**occasion d'inclure l'éducation au numérique et à internet dans le projet éducatif et pédagogique de l'établissement** qui vise à former et préparer nos enfants à être les adultes de demain.

NOS PROPOSITIONS

1 - pas de recette miracle mais un cadre et des fondations solides.

Depuis 2004, le recul et la plupart des études rejointes par les associations spécialistes du domaine convergent toutes vers un besoin d'accompagnement afin d'éviter les dérives. La BASE est donc une éducation numérique construite ensemble, progressivement, étape après étape.

2 - pas d'écran non accompagné avant 3 ans et absolument aucun avant 2 ans (télévision, ordinateur, tablette, montre connectée...).

C'est la seule injonction aux parents: exposer trop tôt et/ou trop longtemps aura des impacts sanitaires majeurs, directs comme indirects, à court, moyen et long terme.

3 - chaque chose en son temps et un temps pour chaque chose.

A tout âge, se poser la question de quel outil numérique utiliser et comment. Mon enfant entre en 6e ? Il prend le bus ? un téléphone suffit-il pour pouvoir l'appeler ? Laissons nos enfants progressivement s'habituer aux outils avant de leur offrir plus que ce dont ils ont réellement besoin.

4 - une éducation numérique qui se construit ensemble.

Privilégier le dialogue. Revoir régulièrement les règles établies ensemble, et accepter que nos enfants nous signalent quand nous ne les respectons pas.

5 - un rôle qui incombe aussi à l'ensemble des éducateurs des établissements (encadrants, enseignants...).

Les établissements établissent des règles précises, qu'ils doivent également respecter. Le temps scolaire se termine quelques dizaines de minutes après le départ des élèves et un droit à la déconnexion doit être sacralisé en soirée, le week-end, les jours fériés, pendant les vacances. Aucune urgence à poster un message le soir à 22h00, un dimanche ou pendant les vacances. Le numérique ne s'affranchit pas des règles pré-existantes. Comme les parents, les établissements doivent être exemplaires.

6 - ce n'est pas l'outil qui est mauvais, c'est ce que l'on en fait.

De nombreuses collectivités remettent un ordinateur aux collégiens et aux lycéens, dans certains établissements des tablettes sont également confiées. L'outil numérique bien utilisé remplace petit-à-petit le stylo et parfois les manuels imprimés. Bien utilisé, c'est un formidable « puit de savoir » dont disposent les élèves.



Ce livret a été créé par la commission numérique 2023/2024 de l'APEL du département de l'Essonne (APEL 91). **Responsable publication** : Arnaud Moore (président APEL 91). - **Contributeurs ateliers mensuels** : Adnane Bennani (Président APEL Saint-Charles à Athis-Mons), Julien Banchereau (Président APEL Sainte-Suzanne à Orsay/ Admin 91), Aurélie Couret-Labède (Présidente APEL Sainte-Marie à Corbeil-Essonnes/ Admin 91), Gaëlle Féron (admin APEL Collège et Lycée IDF à Villebon-sur-Yvette/ Vice-présidente 91), Anne-Dominique Jumel (Admin 91), Servane Lembo (Correspondante ICF APEL Notre-Dame de Sion à Evry-Courcouronnes), Elisabeth Pinto (APEL Sainte-Thérèse à Montgeron / Déléguée RAP APEL 91), Céline Villemain (Secrétaire APEL Saint-Pierre à Brunoy) et Caroline Tatin (Présidente APEL Saint-Pierre à Brunoy) - **Conseils techniques contenu et bases de connaissances**: Association Génération Numérique : Grégoire Nartz / Cyril di Palma - **Contributions additionnelles et relecture texte** : L'ensemble des 29 APEL du département lors du Conseil élargi des présidents d'APEL du 26 mars 2024. - **Conception PAO** : APEL91 sous Scribus 1.6 - **Partenaire impression et routage** : Reflexiel, Wissous - Novembre 2024 - **Images**: droits gérés (licence iStock)



APEL du département de l'Essonne

20 rue de Rochebrune
91220 Brétigny-sur-Orge

www.apel91.fr / contact@apel-essonne.org