

"LES ECRANS EN 2019"

Etat de la science, conseils aux familles, méthodes et outils d'intervention



Bibliographie sélective





Cette bibliographie, non exhaustive, a été élaborée dans le cadre de la semaine "Passerelles citoyennes santé" organisée par l'Atelier Santé Ville - ASV de Cavillon sur la thématique "Changer nos regard sur les écrans". Elle offre aux professionnels et au grand public un ensemble de références permettant de compléter leurs connaissances et d'identifier les ressources scientifiques et pédagogiques disponibles à l'Antenne territorialisée du CoDES 84 au CCAS de Cavillon.

Sources interrogées :

BIB-BOP - Base de données bibliographiques / Base des outils pédagogiques des Comités d'éducation pour la santé des régions Provence-Alpes-Côte d'Azur, Bourgogne-Franche-Comté, Normandie, Nouvelle Aquitaine, et Occitane.

<http://www.bib-bop.org>

SANTEPSY - Base documentaire du Réseau ASCODOCPSY, réseau de centres ressources documentaires en santé mentale

<http://www.ascodocpsy.org/santepsy/Base/FormulaireRecherche>

Archive ouverte HAL

L'archive ouverte pluridisciplinaire HAL, est destinée au dépôt et à la diffusion d'articles scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, et de thèses, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.

<https://hal.archives-ouvertes.fr/>

Le Dossier thématiques

Jeunes et usage des écrans, CoDEPS 13, mars 2019

http://www.codeps13.org/_depot_codeps13/articles/740/telecharger-le-dossier-thematique-sur-l-usage-des-ecrans-mise-a-jour-2019_doc.pdf

Les documents ont été **sélectionnés** en fonction des critères suivants :

- . Pertinence par rapport au contenu des Passerelles citoyennes santé
- . Ouvrages, revues, auteurs ou éditeurs admis par les professionnels de l'éducation pour la santé comme faisant référence dans leur domaine de compétences
- . Accessibilité de l'information
- . Date de l'information

Vous pouvez télécharger cette bibliographie ici :

<http://www.codes84.fr/r/55/les-bibliographies/>

Document réalisé par Stéphanie Morin, service documentation du CoDES 84
documentation@codes84.fr

Sélection bibliographique¹

<i>Etat de la science</i> _____	7
<i>Conseils aux familles</i> _____	11
<i>Méthodes et outils d'intervention</i> _____	14
Les usages des écrans _____	15
Education à l'image et aux médias _____	19
Cyberharcèlement, cybersexualité _____	20
Réseau sociaux, vie privée _____	21
Les alternatives aux écrans _____	24
<i>Sites Internet</i> _____	25
Tout public, parents _____	25
Enfant, adolescent _____	26

¹ Cette bibliographie est présentée de manière ante-chronologique. Les documents ne comportant pas de liens *Internet* sont disponibles en consultation ou en prêt au service documentation du CoDES 84 ainsi qu'à son antenne territorialisée au CCAS de Cavillon.

Rapport

L'enfant, l'adolescent, la famille et les écrans. Appel à une vigilance raisonnée sur les technologies numériques, Académie des sciences, Académie nationale de médecine, Académie des technologies, 2019-04-09, 26 p.

Dans ce rapport conjoint, trois académies scientifiques lancent un appel aux parents, éducateurs, pouvoirs publics et aux chercheurs sur la question de l'usage des technologies numériques. Elles évoquent les principaux sujets d'inquiétude quant à l'exposition et la surexposition des enfants et des adolescents et aux risques pour leur santé. Elles abordent les questions de l'addiction comportementale, des vulnérabilités sociales, des conséquences sur le développement pour les jeunes enfants, des usages excessifs et négatifs des réseaux sociaux et jeux vidéo par les adolescents, de l'impact sur la chronobiologie et les troubles du sommeil et les effets pathologiques de la lumière sur la rétine.

https://www.academie-sciences.fr/pdf/rapport/appel_090419.pdf

Dossier

DEFAUT Marion, **Faire le tour des écrans en promotion de la santé... en 180 minutes (ou presque)**, IREPS Bourgogne Franche-Comté, 2018-12, 43 p.

Ce dossier documentaire accompagne le dispositif du service sanitaire en Bourgogne-Franche-Comté. Dans le premier chapitre, le glossaire, figurent huit concepts liés à la thématique des écrans en promotion de la santé. Chacun d'eux présente des définitions sourcées, une illustration (sous forme d'infographie, d'article ou de schéma), et des références bibliographiques pour aller plus loin. Dans un deuxième temps, des données d'observation sont regroupées, sous forme de liens vers les dernières enquêtes sur les usages numériques des Français, selon l'âge, le profil, etc. Puis l'on s'attarde sur les conséquences des usages des écrans, positives ou pouvant poser souci, selon le contexte avec des effets physiologiques et psychologiques. Le chapitre suivant explore les risques liés aux contenus sur Internet et pour finir, une partie intitulée "Prévention en action(s)" propose des ressources complémentaires : sites internet, pistes d'action et outils pédagogiques.

https://ireps-bfc.org/sites/ireps-bfc.org/files/2018-dossier_doc_sesa_echans_vdef.pdf

Dossier

IVASSENKO Valérie, **La surexposition des enfants de 0-6 ans aux écrans**, IREPS Auvergne Rhône-Alpes, 2018-03, 47 p.

Les quinze dernières années ont connu un développement rapide et une importante démocratisation des technologies numériques. Dans ce contexte marqué par des prises de position vives et parfois contradictoires, les acteurs de la promotion de la santé sont de plus en plus sollicités pour des interventions. L'intense déploiement du numérique suscite de nombreuses questions de la part des professionnels et des familles. Ainsi ce travail documentaire propose une revue des nombreuses recherches scientifiques ainsi qu'une synthèse des résultats menées sur ce sujet depuis une vingtaine d'années, pour beaucoup aux Etats-Unis et Canada. [Résumé auteur]

http://ireps-ara.org/actualite/action_dl.asp?action=999&idz=6e41405f845155bb5e311d41af217bca

Article en ligne

MAVOUNGOU-NOMBO Mickaël et CHAZELLE Barbara, **Baromètre BornSocial Les moins de 13 ans plébiscitent toujours Snapchat, Instagram... et TikTok**, France Télévisions, Media Lab, 2018/10
Résultats synthétiques de la 3ème enquête sur l'usage des réseaux sociaux des réalisée par l'agence Heaven, en partenariat avec l'Association Génération Numérique, auprès de 16578 élèves de collège (6ème et 5ème)

<https://www.meta-media.fr/2018/10/01/les-moins-de-13-ans-plebiscitent-toujours-snapchat-instagram-et-tiktok.html>

Article

Société canadienne de pédiatrie, groupe de travail sur la santé numérique, **Le temps d'écran et les jeunes enfants : promouvoir la santé et le développement dans un monde numérique**, Paediatrics & Child Health, vol. 22 n° 8, 2017-11, pp. 469-477

Le paysage numérique évolue plus rapidement que les recherches traitant des effets des médias sur écran sur le développement, l'apprentissage et la vie familiale des jeunes enfants. Ce document porte sur les bienfaits et les risques potentiels de ces médias chez les enfants de moins de cinq ans. Il s'attarde sur la santé développementale, psychosociale et physique. Les conseils fondés sur des données probantes en vue d'optimiser et de soutenir les pratiques des jeunes enfants à l'égard des médias reposent sur quatre principes : limiter le temps d'écran, en atténuer les effets négatifs, être attentif à l'utilisation des écrans et donner l'exemple d'habitudes positives. Les connaissances sur l'apprentissage et le développement des jeunes enfants éclairent les dispensateurs de soins quant aux stratégies en matière de pratiques exemplaires. [Résumé auteur]

<https://academic.oup.com/pch/article/22/8/469/4668341#112236326>

Rapport

BALLEYS Claire, **Socialisation adolescente et usages du numérique. Revue de littérature**, INJEP, 2017-06, 65 p.

Commentaire: L'objectif de cette revue de la littérature est de faire le point sur l'état des savoirs concernant les nouveaux modes de socialisation adolescente corrélés à l'avènement puis à la démocratisation des technologies socio-numériques. La première partie présente le rôle du numérique dans la construction identitaire adolescente et au sein des familles. La seconde partie analyse les clivages de classe et de genre et leurs enjeux dans les usages du numérique, la troisième s'intéresse aux préoccupations sociales et opportunités citoyennes.

<https://injep.fr/wp-content/uploads/2018/07/synthese-2017-04-socialisation-numerique.pdf>

Article

CHARDON Olivier, GUIGNON Nathalie, DE SAINT POL Thibaut (et al.), **La santé des élèves de grande section de maternelle en 2013 : des inégalités sociales dès le plus jeune âge**, Etudes et résultats, n° 920, 2015-06-16, 6 p.

Les résultats de l'Enquête nationale de santé scolaire, réalisée en grande section de maternelle, en 2012-2013 font apparaître de fortes disparités sociales au détriment des familles les plus modestes. La prévalence de la surcharge pondérale et la santé buccodentaire en sont une

illustration. Les enfants de cadres ont de meilleurs indicateurs de santé : 7 % sont en surcharge pondérale et 1 % sont obèses, contre respectivement 16 % et 6 % chez les ouvriers. La proportion d'enfants de cadres ayant au moins une dent cariée s'élève à 8 % contre 30 % chez les ouvriers. Les habitudes de vie sont aussi fortement différenciées socialement : les cadres ont des comportements offrant plus de place à la prévention et au recours aux soins. Si 60 % de leurs enfants se brossent les dents plusieurs fois par jour, cette pratique ne concerne que 47 % des enfants d'ouvriers. Les enfants de cadres consomment aussi moins de boissons sucrées et passent moins de temps devant un écran.

<http://www.drees.sante.gouv.fr/IMG/pdf/er920.pdf>

Article

LEMAITRE Alain, ZARBO Arnaud, TISSERON Serge (et al.), **Cyberdépendances ? Comprendre les usages des nouvelles technologies. Dossier**, Prospective jeunesse, n° 69, 2014, 36 p.

<https://prospective-jeunesse.be/wp-content/uploads/sites/7/2017/11/DSP-69-CAHIER-ENTIER.pdf>

Ouvrage

TISSERON Serge, **Les dangers de la télé pour les bébés**, Yapaka.be, 2013, 61 p.

L'auteur, psychiatre, soulève dans cet ouvrage les questions que posent, notamment du point de vue de la santé mentale du tout petit, la création et l'utilisation de chaînes de télévision à destination des bébés âgés de 6 mois à 3 ans. Il est divisé en trois parties. Dans la première, il démontre que les chaînes de télévision visent les très jeunes enfants en tant que futurs consommateurs et démonte l'argumentation commerciale. Dans la deuxième partie, il informe, à partir d'une étude canadienne, sur les conséquences des images télévisuelle sur la construction de l'image de soi, les acquisitions linguistiques et sur l'appropriation du monde. Enfin, dans la troisième partie, il démontre le pouvoir du présentateur et le danger de formatage des cerveaux des jeunes enfants.

http://www.yapaka.be/sites/yapaka.be/files/publication/ta-bb_tv-2013-web-1.pdf

Rapport

BACH Jean-François, HOUDE Olivier, LENA Pierre (et al.), **L'enfant et les écrans**, Académie des sciences, 2013-01, 123 p.

Cet avis de l'Académie nationale de médecine rend compte des aspects positifs et négatifs rencontrés lorsque les enfants de différents âges utilisent les divers types d'écrans. Il intègre les données scientifiques les plus récentes de la neurobiologie, de la psychologie et des sciences cognitives, de la psychiatrie et de la médecine. Un volet du document concerne l'attitude des éducateurs, tant parents qu'enseignants.

<http://www.academie-sciences.fr/activite/rapport/avis0113.pdf>

Article

AMEY Patrick, SALERNO Sébastien, **Les adolescents sur Internet : expériences relationnelles et espace d'initiation**, Revue française des sciences de l'information et de la communication, n° 6, 2015, 16 p.

Cet article traite des usages d'internet et du Web 2.0 par les adolescents, en interrogeant leurs pratiques des réseaux sociaux notamment. Les auteurs prennent appui sur les résultats d'une étude menée en Suisse en 2012 pour montrer que les usages, notamment en termes d'accès à l'information sont à mettre en relation avec les diverses étapes de la vie adolescente. Observant le rôle clé joué par les réseaux sociaux comme technologie relationnelle, les auteurs montrent aussi que les pratiques offensantes demeurent une des conséquences indésirables de l'immersion des adolescents dans l'univers des réseaux sociaux. [Extrait du résumé d'auteur]

<http://rfsic.revues.org/1283>

Article

OBRADOVIC Ivana, SPILKA Stanislas, PHAN Olivier (et al.), **Ecrans et jeux vidéo à l'adolescence. Premiers résultats de l'enquête du Programme d'étude sur les liens et l'impact des écrans sur l'adolescent scolarisé, PELLEAS**, Tendances, n° 97, 2014-12, 6 p.

Menée auprès de plus de 2 000 élèves de la région parisienne (de la 4e à la 1ère) pendant l'année scolaire 2013-2014, l'enquête PELLEAS (Programme d'étude sur les liens et l'impact des écrans sur l'adolescent scolarisé) a exploré les facteurs associés à une pratique problématique d'écrans à l'adolescence (perturbations scolaires et de socialisation), en s'intéressant tout particulièrement aux usagers de jeux vidéo. Ce numéro de Tendances, la revue de l'Observatoire français des drogues et des toxicomanies (OFDT), en présente les premiers résultats. [Extrait résumé auteur]

<http://www.ofdt.fr/BDD/publications/docs/eftxiouc.pdf>

Rapport

KRAUS François, VALES Sylvain, **Génération YouPorn : mythe ou réalité. Enquête sur l'influence des nouvelles technologies sur les comportements sexuels des jeunes**, Ifop, 2013-10, 40 p.

Ce document présente un sondage Ifop, réalisé du 3 au 9 septembre 2013. L'enquête porte sur l'influence des nouvelles technologies, notamment l'accès à de la pornographie, sur les comportements sexuels des jeunes.

http://www.ifop.com/media/poll/2367-1-study_file.pdf

Article

SUSSAN Rémi, **Internet, TV, jeux vidéo. Les écrans rendent-ils idiots ? Dossier**, Sciences humaines, n° 239, 2012-07, pp. 24-29

Ouvrage

MINOTTE Pascal, **Qui a peur du grand méchant web ?**, Yapaka.be, Fabert, 2012-03, 57 p.

Ce livre prend le contre-pied d'une culture la peur et de l'addiction trop souvent associée à internet et aux réseaux sociaux. Il analyse en quoi les interrogations et problématiques suscitées par les technologies de l'information et de la communication dépassent largement le cadre technologique dans lequel elles s'inscrivent, pour rejoindre des préoccupations plus vastes d'éducation de l'enfant et de l'adolescent aux "risques", voire à l'apprentissage de la vie. [Résumé d'auteur]

<http://www.yapaka.be/livre/qui-a-peur-du-grand-mechant-web>

Ouvrage

MINOTTE Pascal, **Cyberdépendance et autres croquemitaines**, Yapaka.be, Fabert, 2010-11, 62 p. Cet ouvrage est en partie le résultat d'une recherche effectuée à la demande de la Région wallonne à l'Institut wallon pour la santé mentale sur les usages problématiques d'internet et des jeux vidéo. L'auteur s'interroge sur les usages problématiques d'internet et les passions obsessives, et il en apporte quelques éléments explicatifs.

http://www.yapaka.be/files/publication/TA_cyberdependance_WEB.pdfOuvrage

TISSERON Serge, **Enfants sous influence. Les écrans rendent-ils les jeunes violents ?**, Armand Colin, 2002, 175 p.

Cet ouvrage explore la dimension individuelle mais aussi la dimension collective de l'impact des images sur les enfants et les adolescents. La méthodologie mise en place est double : entretiens individuels et jeux de rôles entre plusieurs enfants. Ces recueils de données s'effectuent après le visionnage d'images «violentes» et «neutres» par les enfants. La conclusion est qu'il n'existe pas une seule forme de violence des images, mais deux : l'une agit en réveillant des traumatismes passés enfouis, l'autre bouscule les repères et menace les possibilités de penser indépendamment des expériences personnelles. Dans les deux cas la violence des images prépare à la violence des groupes et la violence des groupes aggrave celle des images. Pour faire face à cette situation, l'auteur propose une éducation aux images à l'école et par les parents.

Conseils aux familles

Ouvrage

PANAZOL Jean-Marie, SASSOON Virginie, CONSIGNY Kim (et al.), **La famille tout-écran. Conseils en éducation aux médias et à l'information**, CLEMI, Réseau canopé, 2019-03, 94 p. La deuxième édition de ce guide a été entièrement actualisée par le Centre pour l'éducation aux médias et à l'information (CLEMI) avec l'appui de Réseau Canopé et de nombreux partenaires. Il s'adresse aux parents ainsi qu'à l'ensemble des acteurs éducatifs et associatifs qui se penchent sur la question des usages numériques et cherchent des conseils pratiques pour tirer le meilleur des outils numériques et en déjouer les menaces. Des illustrations présentant l'univers de la famille Tout-Ecran égayent les cinq chapitres "apprendre à vos enfants à s'informer", "conseiller vos enfants sur l'usage des réseaux sociaux", maîtriser le temps dédié aux écrans en famille", "protéger vos enfants des images violentes" et "s'engager et s'impliquer en tant que parents".

https://www.cleml.fr/fileadmin/user_upload/espace_familles/Guide_famille_tout_ecran_v2.pdf

Ouvrage

Nos chers écrans, Lilavie, 2019, 10 p.

Cette fiche a été réalisée par l'association Lilavie dont l'objectif est d'expliquer l'information avec des mots simples et des dessins afin de faciliter la compréhension de l'actualité. Le sujet de l'utilisation des écrans est abordé sous forme de questions, d'illustrations et de recommandations.

http://www.lilavie.fr/images/fiches-pedagogiques/Fiche_12_Ecran/Fiche_12_-_Nos_chers_%C3%A9crans.pdf

Article

DORTIER Jean-François, **Internet, travail, écrans, consommation. Se défaire de l'emprise.** Dossier, Sciences humaines, n° 304, 2018-06, pp. 34-55

Article

OLANO Marc, **Ecrans : comment sortir de l'emprise ?**, Sciences humaines, n° 304, 2018-06, pp. 50-53

Ouvrage

MINOTTE Pascal, **Coopérer autour des écrans**, Yapaka.be, 2017-06, 34 p.

Cet ouvrage a pour objectif d'aider les adultes à accompagner les enfants et les adolescents dans leurs usages des écrans. Il analyse les représentations liées à l'univers du numérique, les modifications des relations intergénérationnelles induites par les écrans, leur place dans la vie familiale et donne des éléments pour se positionner dans une posture compréhensive tout en explicitant ses valeurs. Il insiste enfin sur l'importance de l'éducation aux médias hors du milieu scolaire.

http://www.yapaka.be/sites/yapaka.be/files/publication/ta_96_web_def_0.pdf

Ouvrage

MERRIAUX Jean-Marc, **La famille tout écran. Conseils en éducation aux médias et à l'information**, Centre pour l'éducation aux médias et à l'information, 2017, 93 p.

Cet ouvrage rédigé par le Centre pour l'éducation aux médias et à l'information apporte des réponses pour accompagner les parents et sensibiliser les enseignants sur les pratiques médiatiques des élèves. Au travers de 5 chapitres "apprendre à vos enfants à s'informer", "conseiller vos enfants sur l'usage des réseaux sociaux", maîtriser le temps dédié aux écrans en famille", "protéger vos enfants des images violentes" et "s'engager et s'impliquer en tant que parents", il fournit des conseils utiles et pratiques aux familles et à l'ensemble des acteurs éducatifs et associatifs.

http://www.clemi.fr/fileadmin/user_upload/espace_familles/guide_emi_la_famille_tout_ecran.pdf

Ouvrage

TISSERON Serge, **3-6-9-12. Apprivoiser les écrans et grandir**, Erès, 2017, 157 p.

Cette édition revue et augmentée énonce des principes d'utilisation des écrans à l'attention des parents, adaptés selon l'âge de l'enfant, selon une règle que l'auteur a appelée "3-6-9-12". Ces âges correspondent aux quatre étapes de la vie de l'enfant : l'admission en maternelle, l'entrée au CP, la maîtrise de la lecture et de l'écriture et l'entrée au collège.

Ouvrage

POMMERAU Xavier, **Le goût du risque à l'adolescence. Le comprendre et l'accompagner**, Albin Michel, 2016

Ce livre décrit les comportements de prise de risque des adolescents. L'auteur explore ces enjeux à la lumière des risques suivants : le numérique et les écrans, les drogues, la sexualité... Il donne des conseils aux adultes pour aider les adolescents dans une relation de qualité.

Article

PIGEON Etienne, BRUNETTI Vanessa, **Le temps d'écran, une autre habitude de vie associée à la santé**, Topo, n°12, 2016-09, 8 p.

Ce numéro de Topo, réalisé par l'Institut national de santé publique du Québec aborde les effets du temps passé devant n'importe quel type d'écran sur la santé des enfants et des adultes. Il interroge son impact sur le développement des enfants, le sommeil, la sédentarité et l'obésité. Des recommandations sont proposées pour mieux encadrer l'utilisation des écrans aux différents âges de la vie.

https://www.inspq.qc.ca/pdf/publications/2154_temps_ecran_habitudes_vie.pdf

Ouvrage

TISSERON Serge, **Grandir avec les écrans. La règle 3-6-9-12**, Yapaka.be, 2013, 32 p.

Cet ouvrage est plus particulièrement destiné aux professionnels et aux parents soucieux de l'usage des écrans par les enfants. L'auteur détaille sa règle "3-6-9-12", donne quelques conseils simples articulés autour de quatre étapes essentielles de la vie des enfants : l'admission en maternelle, l'entrée au CP, la maîtrise de la lecture et de l'écriture, et le passage en collège.

<http://www.yapaka.be/sites/yapaka.be/files/publication/ta-64-ecrans-tisseron-web.pdf>

Ouvrage

La parentalité en questions. Synthèse des travaux de recherche des Universités Populaires de Parents, ACEPP, Universités populaires de parents, 2013, 31 p.

Ce coffret de 9 livrets contient la présentation de la démarche des Universités Populaires de Parents (UPP), la synthèse des travaux de recherche de sept UPP et la synthèse de recherches européennes sur la parentalité. Plusieurs thématiques sont traitées : les enfants et les écrans, les valeurs et la famille, la réussite scolaire des enfants de milieu populaire, l'image des quartiers populaires...

Ouvrage

TAJUELO Telesforo, LEBEL Estelle, LAVALEE Marguerite (et al.), **Mon enfant devant l'écran. Un guide éducatif et préventif de la régie du cinéma à l'usage des accompagnateurs des enfants de 8 à 12 ans**, Régie du cinéma du Québec, 2009, 81 p.

La présence des images à l'écran dans l'univers des enfants les amène très vite à développer certaines habiletés qui leur permettent de comprendre les messages que ces images transmettent. A 8 ans, l'enfant peut en partie décoder les images qu'il voit, mais il est parfois encore limité par sa méconnaissance des dangers associés à une consommation abusive ou à des contenus traumatisants qu'il n'est pas préparé à recevoir. Malgré tout, les images restent une source d'apprentissage et d'enrichissement de l'enfant, à condition de l'aider à comprendre ce qu'il regarde. Ce guide a donc pour vocation de sensibiliser l'entourage des enfants aux bienfaits et aux dangers des images ainsi qu'aux pratiques préventives et correctives appropriées, afin qu'il

puisse accompagner l'enfant dans son éducation à l'image et l'aider à développer son esprit critique.

http://www.rcq.gouv.qc.ca/Guide_mon-enfant_2_fr.pdf

Méthodes et outils d'intervention

Rapport

Plan national de mobilisation contre les addictions 2018-2022. Alcool, tabac, drogues, écrans, MILDECA, 2019-01, 129 p.

Le plan national de mobilisation contre les addictions 2018-2022 s'articule autour de 6 axes en proposant des priorités et mesures faisant suite à une large concertation et ambitionnant de relever les défis suivants : protéger dès le plus jeune âge, mieux répondre aux conséquences des addictions pour les citoyens et la société, améliorer l'efficacité de la lutte contre le trafic, renforcer les connaissances et favoriser leur diffusion, renforcer la coopération internationale et enfin créer les conditions de l'efficacité de l'action publique sur l'ensemble du territoire.

https://www.drogues.gouv.fr/sites/drogues.gouv.fr/files/atoms/files/plan_mildeca_2018-2022_def_181227_web.pdf

Article

REUTER Sylvie, **Enfants et écrans, des pistes pour s'y retrouver. Un projet local à destination des parents**, Education santé, n° 336, 2017-09, pp. 11-13

http://educationsante.be/media/filer_public/11/95/1195f8d8-b264-4007-8e25-6c405bbc9d6c/es_336_sep17_y.pdf

Ouvrage

BALLALOUD Gisèle, **Les addictions**, Conseil économique, social et environnemental, 2015, 55 p.

Par cet avis, le Conseil économique social et environnemental entend contribuer à une meilleure compréhension et une meilleure prise en charge des addictions aux produits licites ou illicites, et des comportements pathologiques liés notamment à un usage excessif des écrans. Il aborde brièvement les causes socio-économiques des addictions. Il s'articule autour de trois grandes parties. La première fait le constat d'une certaine évolution des conduites addictives. La seconde propose des actions possibles pour lutter contre ces addictions et l'ouvrage s'achève sur des propositions pour mobiliser les acteurs de terrain.

http://www.lecese.fr/sites/default/files/pdf/Avis/2015/2015_19_addictions.pdf

Rapport

FASTREZ Pierre, DE SMEDT Thierry, MATHEN Marie, **Les enfants et les écrans. Usages des enfants de 0 à 6 ans, représentations et attitudes de leurs parents et des professionnels de la petite enfance**, ONE, 2015-09, 310 p.

En Belgique, l'Office de la naissance et de l'enfance (ONE) s'est associé au Conseil supérieur de l'éducation aux médias (CSEM) pour mener une enquête sur l'usage des écrans numériques chez les jeunes enfants. Celle-ci a pour objectif de soutenir la réflexion des parents et des professionnels et de les outiller afin qu'ils développent un regard critique sur la place et les rôles

des technologies de l'information et de la communication dans l'éducation des enfants. Les recommandations issues de l'étude s'articulent autour de 5 axes : identifier l'environnement de l'enfant, trouver l'équilibre, privilégier le dialogue, être positif et poser un cadre.

https://dial.uclouvain.be/pr/boreal/fr/object/boreal%3A165802/datastream/PDF_01/view

Ouvrage

FERLAND Francine, **Le développement de l'enfant au quotidien. De 6 à 12 ans**, Editions du CHU Sainte-Justine, 2014, 178 p.

Cet ouvrage est un guide destiné aux adultes qui accompagnent les enfants au quotidien. Il est divisé en 6 chapitres qui présentent l'ensemble des caractéristiques de l'évolution des enfants de 6 à 12 ans : motricité, langage, cognition, aspects affectifs et sociaux, l'école, les jeux et activités quotidiennes... ainsi que l'impact des diverses influences (parents, enseignants, pairs, écrans, publicité...) qui les façonnent. L'auteur aborde également les différences entre fille et garçon, le concept de popularité, d'estime de soi, la question de l'intimidation et de la violence, les situations qui peuvent faire partie de la vie scolaire. Pour finir, il propose des activités.

Rapport

BAUDIS Dominique, DERAÏN Marie, **Enfants et écrans : grandir dans le monde numérique. Rapport 2012 consacré aux droits de l'enfant**, Le défenseur des droits, 2012-11, 152 p.

Le rapport du Défenseur des droits dresse un état des lieux des apports des nouvelles techniques de communication. Il pointe l'apport bénéfique de ces nouvelles technologies mais également les dangers auxquels les mineurs sont exposés. Le rapport « Enfants et écrans » formule 10 propositions de nature à rendre l'usage des tablettes, ordinateurs et téléphones plus sûrs pour les enfants.

<http://www.ladocumentationfrancaise.fr/var/storage/rapports-publics/124000617.pdf>

Ouvrage

TISSERON Serge, **Le jeu des trois figures en classes maternelles**, Yapaka.be, Fabert, 2011, 55 p.

Le jeu des trois figures (ainsi appelé par allusion aux trois figures : l'agresseur, la victime et le redresseur de torts) est un protocole de jeu de rôles destiné à la fois à poser les bases de l'empathie et à permettre le développement du sens moral. Son objectif étant de prévenir les attitudes violentes chez les jeunes enfants et réaffirmer la place du jeu face à la surconsommation d'écrans.

http://www.yapaka.be/sites/yapaka.be/files/publication/TA_46-troisFigures-Web.pdf

Les usages des écrans



Jeu

Ecole des parents et des éducateurs (EPE), BAGNULO Adriana, JARRY Bruno (et al.), **L'éduc'écrans. Pour accompagner nos enfants à grandir avec les écrans !**, Valorémis, 2018

Public : Parent

Thème : Education aux médias, Relation familiale

Ce jeu sur l'usage des écrans et les dangers de la surexposition aux écrans chez les tout-petits est un outil de médiation au service des professionnels et des bénévoles (psychologues, éducateurs, CCF etc.) chargés d'animations collectives dans le domaine de l'accompagnement à la parentalité au sein d'associations et de structures d'accueil du jeune enfant, en établissement scolaire, etc. Idéalement, ce jeu se déroule en 3 temps d'échanges : 1er temps : partage des représentations et des expériences. Quelle est la place des écrans dans la vie de la famille ? 2e temps : approfondissement des échanges et élaboration de pistes d'actions éducatives. Peut-on mieux gérer les écrans au quotidien 3e temps : discussion libre. Les participants qui ont mis en pratique certaines des propositions imaginées précédemment sont invités à partager leur expérience.



Mallette pédagogique

CriTIC. Regard sur les technologies de l'information et de la communication, Cultures et santé, 2018

Public : Tout public

Thème : Education aux médias

Cet outil permet d'explorer, à travers des cartes illustrées, les mécanismes à l'œuvre derrière l'omniprésence des technologies de l'information et de la communication, de pointer les changements qu'elles produisent au quotidien dans la façon de se comporter et de voir le monde.

<https://www.cultures-sante.be/nos-outils/outils-education-permanente/item/514-critic-regard-sur-les-technologies-de-l-information-et-de-la-communication.html>



Exposition

Réseau Morphée, **1-2-3 sommeil. Pour apprendre à bien dormir**, Ligue contre le cancer Comité de Paris, 2018

Public : Enfant

Thème : Rythme biologique

Cette exposition est destinée à sensibiliser les enfants du primaire à l'importance du sommeil. Elle est constituée de 9 panneaux qui invitent à découvrir le sommeil, ses bienfaits et comment apprendre à bien dormir. Les panneaux présentent : des petites histoires liées au sommeil (le marchand de sable, dormir sur ses deux oreilles...), à quoi sert le sommeil et son rôle sur l'organisme, les cycles du sommeil, des conseils pour bien dormir, les moyens pour s'endormir facilement, les risques des écrans en soirée pour le sommeil, les rêves et les cauchemars et les signes du corps indiquant qu'il est l'heure d'aller se coucher.

https://www.ligue-cancer.net/sites/default/files/expo_sommeil_vf.pdf



Mallette pédagogique

Les écrans et nous, Mutualité française Normandie, 2017

Public : Adulte, Adolescent, Enfant

Thème : Education aux médias, Relation familiale

Ce dossier pédagogique sensibilise sur la présence des écrans dans la vie courante. Conçu pour les familles, il compare les attitudes et habitudes des familles Agogo et Patro. Le but est de

questionner les familles sur leur utilisation des écrans, afin de limiter le temps d'exposition des enfants.

<https://normandie.mutualite.fr/content/uploads/sites/51/2017/10/Boite-%C3%A0-outils-Les-%C3%A9crans-et-nous-2019-VP.pdf>



Ouvrage

Avec les écrans, comment je m'y prends ? Témoignages et repères sur l'usage des écrans, Mairie de Toulouse, 2017-09

Public : Parent, Adolescent, Tout public

Thème : Education aux médias

Ce livret a été réalisé par la Mairie de Toulouse avec des parents, adolescents et professionnels des quartiers Bagatelle, la Faourette et les Arènes de Toulouse. Destiné principalement aux parents, il a pour objectif de leur permettre d'être bien informés pour faire des choix éclairés en matière d'éducation aux écrans. Agrémenté de quizz permettant au lecteur de faire le point sur ses connaissances en début et fin de lecture, le document donne dans un premier temps quelques repères généraux sur les écrans et indique leurs effets sur l'Homme. Il explique ensuite comment naviguer sur internet en sécurité, ce qu'il est possible de faire "ensemble" devant les écrans, que faire sans écran et enfin, précise quel est l'intérêt de parler de ce que l'on fait devant les écrans.

https://www.toulouse.fr/documents/106907/10818856/livret_AvecLesEcrans/632abd08-0f0d-4a55-865d-868bd4c2677e



Jeu

Internet & Moi : questions d'usage(s) ?, Valorémis, 2017

Public : Adolescent

Thème : Education aux médias, Citoyenneté, Violence

Ce jeu de 55 cartes est un outil de médiation, issu de la collection « Questionnons Autrement ». Il aborde les thèmes des réseaux sociaux, de la traçabilité, de la virtualité réelle ou supposée des rencontres et des liens. Ce jeu de cartes-questions permet de mettre en place des séances de débats éducatifs sur des questions abordant l'usage d'internet et des réseaux sociaux.



Jeu

Télé, ordi, tablette, téléphone... Tim et lila nous questionnent, Réseau parentalité 62, 2016

Public : Parent

Thème : Education aux médias, Relation familiale

Jeu qui pose la question des écrans au sein de la famille. Comment les éviter, éviter les conflits et les dangers ? Inspirées de la règle "3-6-9-12" de Serge Tisseron, ces questions-réponses permettent de mieux cerner quel usage adopter en fonction de l'âge de l'enfant.

<http://www.parent62.org/du-bon-usage-des-nouvelles-technologies-fsm/#>



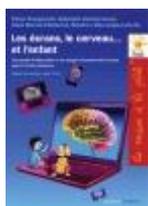
Ouvrage

TISSERON Serge, AZAM Jacques, **Guide de survie pour accros aux écrans... ou comment garder ton ordi et tes parents**, Nathan, 2015

Public : Adolescent, Préadolescent, Enfant

Thème : Education aux médias, Relation familiale, Addiction

Cet ouvrage, destiné aux enfants de 9 ans et plus, fait le point sur l'utilisation massive d'Internet, réseaux sociaux, jeux vidéo et téléphones portables chez les plus jeunes. Le livre est découpé selon 15 questions ou affirmations balayant divers domaines, et propose pour chacune d'entre elles un quizz, une explication avec vocabulaire à connaître et des conseils. Il aborde les notions essentielles liées à l'éducation aux médias et à l'information : droit à l'image, identité numérique, réseaux sociaux, pistage et publicités. Les quizz, textes courts et sites proposés peuvent servir de supports lors de séances avec des élèves dès la 6ème. D'autres conseils ou mises en garde concernent les dangers de l'addiction aux jeux vidéo et de leur violence, mais aussi les images choquantes qui peuvent être mises en ligne.



Ouvrage

PASQUINELLI Elena, ZIMMERMANN Gabrielle, BERNARD-DELORME Anne (et al.), **Les écrans, le cerveau...et l'enfant. Un projet d'éducation à un usage raisonné des écrans pour l'école primaire. Guide du maître cycles 2 et 3**, Fondation la main à la pâte, 2013

Public : Enfant

Thème : Education aux médias

Ce guide pédagogique est destiné à travailler avec les enfants du primaire sur l'utilisation des écrans. L'originalité de ce programme réside dans le fait qu'il met avant tout l'accent sur les fonctions cérébrales mises en jeu, tout en ayant une approche sur les règles de bon usage des écrans en termes de civisme et de santé. L'objectif est d'amener l'enfant à découvrir lui-même les particularités, les avantages et les risques des écrans. Le guide comprend entre autres, un éclairage scientifique qui décrit ce qui est compris par "écrans" et rappelle quelques connaissances de bases sur le cerveau et propose 22 séances pour les élèves.

<https://www.fondation-lamap.org/fr/page/15221/les-ecrans-le-cerveau-et-lenfant-espace-enseignants>



Ouvrage

VAN DECRAEN Els, CAERS Barry, **Les enfants dans le cyberland. Module pédagogique sur la sécurité en ligne pour les 10-12 ans**, Sensoa asbl, Child Focus, 2009-12

Public : Enfant, Préadolescent

Thème : Prise de risques, Citoyenneté, Compétences psycho-sociales

Ce guide pédagogique a pour objectif de générer des discussions entre enfants ou pré-adolescents et adultes autour des expériences et des risques sur internet. Les différents thèmes traités sont la présentation de soi et la protection de la vie privée sur internet, la communication respectueuse

et le rapport critique à l'égard des informations et des images ; des pistes de travail et de réflexion sont proposées. Des feuilles de travail destinées aux enfants ou pré-adolescents et des fiches "accompagnateur" comprenant des informations complémentaires composent le document.

http://www.childfocus.be/sites/default/files/cf_lessepakket_kic_fr_definitief.pdf



Exposition

T'es où ?, Médias-cité, 2007

Public : Tout public

Thème : Education aux médias

Cette exposition de 21 panneaux présente des paroles recueillies auprès d'adolescents et de jeunes adultes, de parents et de professionnels de l'éducation, usagers ou non des multimédias, qui proviennent de contributions déposées sur le site du Fil santé et d'entretiens collectifs ou individuels. Les questions portent sur la place des technologies de l'information, de la communication et des loisirs numériques dans notre vie quotidienne, leur influence sur notre pensée, nos façons d'être, nos relations, sur les réponses qu'elles apportent à nos désirs, à nos peurs, ou sur la manière dont elles modifient nos représentations du monde.

Education à l'image et aux médias



Exposition

GERVEREAU Laurent, **Les images mentent ? Manipuler les images ou manipuler le public**, Institut des images, Ligue de l'enseignement, s.d.

Public : Tout public

Thème : Education aux médias, Compétences psycho-sociales

Cette exposition est un bon support pour animer une séance d'éducation aux médias. Elle retrace l'histoire des images et de leur fonctionnement. Les quelques exemples présentés sont destinés à faire réfléchir et à considérer autrement notre univers visuel.

<http://www.museeduvivant.fr/ressources/1e2cf2d9358e8435107f0c944f463bca.pdf>



Jeu

Service pédagogique des Rencontres d'Arles, **Pause Photo Prose**, Les Rencontres d'Arles, 2012

Public : Tout public

Thème : Citoyenneté

Conçu par Les Rencontres d'Arles en concertation avec des professionnels de la photographie, de la formation et de l'animation, ce jeu propose de se questionner sur l'origine des photographies, leur polysémie, leurs usages. Il a pour objectif d'amener le public vers une autonomie du regard, de sortir de sa position de consommateur d'image pour se forger un point de vue personnel et le partager avec les autres. L'outil peut être utilisé avec tout type de public et dans toutes les actions

voulant amener un développement de l'esprit critique et un partage des représentations de chacun.



Mallette pédagogique

L'internet ça s'apprend... avec Vinz et Lou sur Internet, Tralalere, 2012

Public : Enfant

Thème : Education aux médias, Citoyenneté

Ce programme vise à sensibiliser les enfants de 7 à 12 ans à un usage responsable d'internet. Il invite les enfants en cours d'autonomisation dans leur usage d'internet à se poser les bonnes questions et à acquérir les bons réflexes. Il souhaite contribuer à l'éducation critique des 7-12 ans aux nouveaux médias. Le programme propose une série de 15 dessins animés, autant d'activités interactives et fiches pédagogiques et s'adresse à la fois au grand public et au monde de l'éducation.

<http://www.internetsanscrainte.fr/organiser-un-atelier/vinz-et-lou-sur-internet-7-12-ans>

Cyberharcèlement, cybersexualité



Mallette pédagogique

Cyber@TIC'tudes, Centre local de promotion de la santé de Huy-Waremme, 2016

Public : Enfant, Préadolescent, Adolescent

Thème : Education aux médias, Compétences psycho-sociales, Citoyenneté

Cet outil a été conçu pour développer les compétences des jeunes en lien avec les nouvelles technologies. L'objectif est de favoriser l'acquisition de comportements responsables vis-à-vis des téléphones portables et des réseaux sociaux auprès des jeunes par le biais du théâtre impro. Les thèmes abordés dans cet outil sont : le droit à l'image, le cyberharcèlement, la cybersexualité, les réseaux sociaux, la sécurité des TIC (Technologies de l'Information et de la Communication), les jeux vidéo et en réseau et les attitudes positives des jeunes. Dans le cadre d'animations de prévention, il permet d'apporter des réponses aux questions que peuvent se poser les jeunes et leurs parents. Cet outil est à destination des jeunes à partir de 12 ans et des adultes. Il peut également être utilisé auprès de jeunes âgés de 10-12 ans ainsi que dans l'enseignement spécialisé sous réserve d'une adaptation et selon la maturité du groupe. Les animations peuvent être mises en place par tous les intervenants qui souhaitent travailler ces thématiques avec leur public.

<https://cyberatictudes.jimdo.com>



Ouvrage

La vie affective et sexuelle passe aussi par les réseaux sociaux. Amour et sexualité 2.0. Dossier pédagogique, 2014

Public : Adolescent

Thème : Vie affective et sexuelle, Education aux médias

Face à l'importance croissante que les réseaux sociaux prennent dans la vie de tout un chacun, la Fédération des centres de planning familial des FPS a souhaité réaliser une campagne

d'information et de sensibilisation sur l'impact de ces nouveaux médias dans la vie affective et sexuelle. Cette campagne s'intitule « Amour& Sexualité 2.0 ». Ce dossier pédagogique, permet d'outiller les professionnels de la santé et de l'éducation qui souhaitent aborder la thématique avec des jeunes. [résumé auteur]

[http://www.clps-mons-soignies.be/media/files/PDF/Atelier%202-Brochure-Amour-et-sexualite\(1\).pdf](http://www.clps-mons-soignies.be/media/files/PDF/Atelier%202-Brochure-Amour-et-sexualite(1).pdf)



Ouvrage

BROOÏHAERTS Nel, **Stop au cyber-harcèlement. Dossier pédagogique**, Child Focus, 2010

Public : Enfant, Préadolescent, Adolescent

Thème : Violence, Citoyenneté

Ce dossier pédagogique propose 10 méthodes et activités pour aborder le cyber-harcèlement avec les enfants et les adolescents, et discuter du rôle qu'ils peuvent activement jouer dans sa prévention. Il a pour but de les faire réfléchir aux conséquences de leurs actes, et à les engager à utiliser Internet de manière responsable et respectueuse de tous. Il offre également aux encadrants des informations théoriques sur les composantes de cette problématique, mais aussi sur les actions qu'il est possible d'entreprendre.

http://www.childfocus.be/sites/default/files/cf-dossier-cyberpesten_fr.pdf

Réseau sociaux, vie privée



Jeu

Ta vie privée, c'est secret !, Play Bac, Commission nationale de l'informatique et des libertés, 2017

Public : Enfant, Adolescent

Thème : Addiction, Compétences psycho-sociales, Relation familiale

Cette version spéciale du célèbre jeu de questions-réponses "Les Incollables" a pour objectif de sensibiliser et informer sur certaines questions de la vie privée, et amener à protéger la vie privée et les données personnelles, dans un usage raisonné de l'Internet. Les contenus ont été validés par la CNIL, qui coédite ce jeu, y compris en version interactive.

<http://incoweb.playbac.fr/indexhtml.php5?livret=72>



Jeu

@miclik. Le jeu sérieux pour l'éducation aux réseaux sociaux pour les 9-12 ans, DSDEN du Loiret, 2014-09

Public : Enfant, Adolescent

Thème : Divers, Citoyenneté, Compétences psycho-sociales

Ce jeu en ligne et téléchargeable est destiné à sensibiliser de façon ludique les enfants de 9 à 12 ans à l'utilisation des réseaux sociaux, à leurs dangers et leurs limites. Ils doivent réaliser plusieurs missions qui leur apprennent comment naviguer sur un réseau social en toute sécurité et en

percevant notamment les risques et les limites liés à l'usage des plateformes de partage et d'échanges de contenus les plus divers.

<http://tice45.ac-orleans-tours.fr/php5/amiclik/>



Mallette pédagogique

iRespect. Ressource pédagogique pour les jeunes concernant la vie privée en ligne, Child Focus, 2014-11

Public : Adolescent, Préadolescent

Thème : Citoyenneté, Compétences psycho-sociales

Ce kit pédagogique s'adresse aux élèves de 10 à 14 ans. Il peut également être utilisé dans l'enseignement spécialisé. Il a pour objectif de sensibiliser les jeunes à l'usage sûr, responsable et constructif des réseaux sociaux. Il se compose de dix fiches pédagogiques proposant des situations concrètes de la vie quotidienne des jeunes : secret et intimité, protéger son compte, alerte sur le net, internet et respect, internet et créativité, internet et les défis, E-réputation, information personnelle, cyber-harcèlement, information en ligne. Les vidéos associées, accessibles sur YouTube, sont interactives et proposent trois déroulements possibles.

http://childfocus.be/sites/default/files/irespect_0.pdf



Jeu

Bureau information jeunesse (BIJ) de l'Orne, **@h... Social ! Prévention et usages des réseaux sociaux**, Abeilles éditions, 2013

Public : Adolescent, Enfant, Adulte

Thème : Education aux médias, Compétences psycho-sociales, Addiction

Ce jeu sensibilise les adolescents mais aussi les parents, à l'utilisation des réseaux sociaux (Facebook, la messagerie instantanée...). Il permet aux joueurs de reproduire les conditions d'un réseau social mais sans écrans interposés. Tout au long du jeu, les thèmes du droit à l'image (intimité...), du rapport à l'autre, des dangers (e-réputation...), des comportements mais également de la dépendance (cyber-dépendance, alcool) sont abordés. De plus, ce jeu intègre des cartes de jeu utilisant la technologie "QR Code", permettant ainsi des mises à jour régulières via une connexion sur le blog du jeu.



Ouvrage

DUCHESNE Geneviève, PERREAULT Emilie, ROY Pier-luc (et al.), **Cyberappréciation : guide de l'animateur au niveau 3e cycle du primaire : branché sur le positif**, Institut Pacifique, 2013

Public : Enfant

Thème : Compétences psycho-sociales, Vie affective et sexuelle, Violence

Cet outil québécois vise à sensibiliser les élèves du primaire à l'utilisation responsable des médias sociaux. Il est composé d'un guide pour l'animateur et de 5 mises en situations s'adressant directement aux élèves permettant d'agir de façon préventive afin d'éviter toute forme d'intimidation et de violence au sein de l'établissement scolaire. Il permet de développer une approche préventive et positive de l'usage du cyberspace, d'amener les jeunes à développer, sur

les réseaux sociaux, les compétences sociales liées directement à la prévention de la violence et de l'intimidation, telles que l'empathie, la gestion des conflits, une communication efficace, de favoriser une prise de conscience chez les jeunes quant à la portée de leurs écrits, à la diffusion de vidéos personnelles et de photos sur les réseaux sociaux et de fournir des outils aux élèves afin de prévenir les situations d'intimidation dans le cyberespace. L'animateur trouvera dans le guide des définitions, des statistiques, des contenus théoriques notamment sur les habiletés sociales (communication, empathie, gestion des émotions, estime de soi), ainsi que des éléments de réponses possibles aux questions suscitées par les mises en situation.

<https://institutpacifique.com/branche-sur-le-positif-2/>



Ouvrage

DUCHESNE Geneviève, PERREAULT Emilie, ROY Pier-luc (et al.), **Cyberappréciation : guide de l'animateur au niveau secondaire : branché sur le positif**, Institut Pacifique, 2013

Public : Préadolescent, Adolescent

Thème : Compétences psycho-sociales, Vie affective et sexuelle, Violence

Cet outil québécois vise à sensibiliser les élèves du secondaire à l'utilisation responsable des médias sociaux. Il est composé d'un guide pour l'animateur et de 5 mises en situations s'adressant directement aux élèves permettant d'agir de façon préventive afin d'éviter toute forme d'intimidation et de violence au sein de l'établissement scolaire. Il permet de développer une approche préventive et positive de l'usage du cyberespace, d'amener les jeunes à développer, sur les réseaux sociaux, les compétences sociales liées directement à la prévention de la violence et de l'intimidation, telles que l'empathie, la gestion des conflits, une communication efficace, de favoriser une prise de conscience chez les jeunes quant à la portée de leurs écrits, à la diffusion de vidéos personnelles et de photos sur les réseaux sociaux et de fournir des outils aux élèves afin de prévenir les situations d'intimidation dans le cyberespace. L'animateur trouvera dans le guide des définitions, des statistiques, des contenus théoriques notamment sur les habiletés sociales (communication, empathie, gestion des émotions, estime de soi), ainsi que des éléments de réponses possibles aux questions suscitées par les mises en situation.

<https://institutpacifique.com/branche-sur-le-positif-2/>



Ouvrage

BROOHAERTS Nel, **Réfléchis avant de publier !**, Child Focus, 2010

Public : Adolescent

Thème : Citoyenneté, Compétences psycho-sociales

Ce dossier pédagogique propose à travers une série de 10 activités d'aider les enseignants à aborder avec les adolescents les problèmes liés à la divulgation de données personnelles sur internet et aux risques encourus : perte de la maîtrise de son image, cyberharcèlement, usurpation d'identité.

http://www.childfocus.be/sites/default/files/reflechis_avant_de_publier_fr.pdf

Les alternatives aux écrans



Ouvrage

GUILLAUD Michèle, **Bien vivre ensemble en maternelle. Jeux, activités, rituels, conseils**, RETZ, 2016

Public : Enfant

Thème : Compétences psycho-sociales, Citoyenneté

Ce livre propose des conseils et des exercices pratiques qui permettent de réguler les relations au sein de la classe. Les enfants apprennent à acquérir des compétences sociales : autonomie, gestion des conflits, coopération, solidarité, responsabilité, confiance en soi, respect de soi et des autres, confiance en l'autre, expression des émotions, etc.



Ouvrage

ALLEGRE Evelyne, GASSIER Jacqueline, **100 fiches d'animation pour les personnes âgées**, Elsevier Masson, 2014

Public : Personne âgée

Thème : Activité physique, Compétences psycho-sociales, Santé mentale

Cet ouvrage présente, à travers une série de 100 fiches illustrées, les techniques d'animation de la personne âgée en institution ou à domicile. Dans une première partie sont développées les notions à comprendre pour mettre en place une animation de qualité, qui corresponde aux besoins et capacités de la personne âgée. Dans une deuxième partie sont présentées les fiches d'animation, regroupées par thème : "prendre soin de soi", "créer, se recréer" et "vivre ensemble".



Ouvrage

GUSTIN Pascale, DEHAES Serge, MAGOS Vincent, **Jeu t'aime**, Yapaka.be, 2013

Public : Tout public

Thème : Compétences psycho-sociales

Ce livre invite à découvrir le jeu sous toutes ses formes. Il a pour but d'inciter les parents à jouer avec leurs enfants car le jeu permet un meilleur développement de l'enfant.

<http://www.yapaka.be/sites/yapaka.be/files/publication/livrejeu-interieur-web-ppp.pdf>



Ouvrage

FORGET MARIN Francine, DUMOULIN Emmanuelle, BRETON Serge (et al.), **Sois futé, écran fermé ! Une initiative visant à diminuer le temps d'écran à des fins récréatives et à augmenter le niveau d'activité des élèves. Guide de l'enseignant**, Fondation des maladies du cœur et de l'AVC, 2013

Public : Enfant, Préadolescent

Thème : Education aux médias

Lancé à l'automne 2013, Sois futé, écran fermé ! est un programme canadien clés en main destiné aux enseignants et aux professionnels de la santé en milieu scolaire. Cette initiative vise à outiller et sensibiliser les élèves de la maternelle à la 6e année en les encourageant à diminuer leur temps d'écran et à choisir des activités physiques ou récréatives saines telles que le sport, la bicyclette, la lecture, le bricolage, etc.

<http://soisfute.ca/education/>

Sites Internet

Tout public, parents



Sur le bon usage des écrans

Public : Tout public

Site ressources extrêmement complet et qui aborde les écrans dans tous les contextes de la vie quotidienne. Le plus, un comité d'experts scientifiques qui ne délivre que des informations validées par la recherche.

<https://lebonusagedesecrans.fr/>



3-6-9-12. Apprivoiser les écrans et grandir

Public : Parents

Les technologies basées sur les écrans ont bouleversé nos relations aux savoirs, l'organisation des apprentissages, la construction de l'identité, les liens et la sociabilité. Ce site a pour objectif de comprendre les impacts qu'elles ont sur le développement des enfants, et des parents. Il promeut une prévention raisonnée et une éducation avisée basées sur des règles simples adaptées des recherches de Serge Tisseron.

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



Pédagojeux

Public : Tout public

Le jeu vidéo expliqué aux parents, pour mieux accompagner son enfant ou son adolescent dans ses pratiques de jeux sur écrans.

<http://www.pedagojeux.fr/>



Habilo Médias

Public : Tout public

Le Centre canadien d'éducation aux médias et de littératie numérique propose des ressources validées pour explorer la thématique complète.

<http://habilomedias.ca/>

Enfant, adolescent



Enfants et écrans

Public : Enfant

TV, tablette, smartphone, ordinateur ou console... les écrans font partie de notre vie de famille. Et chez vous, comment se passe la cohabitation enfants-écran ?

Découvrez des infos, trucs et astuces à mettre en pratique dans votre quotidien !

<https://www.mc.be/province-de-luxembourg/actualites/parentslux/enfants-ecrans>



Internet sans crainte

Public : Enfant, Adolescent

Site très complet qui aborde toutes les thématiques de l'Internet pour redonner aux jeunes la maîtrise de leur vie numérique.

<http://www.internetsanscrainte.fr/>



2025 ex machina. Un serious game d'éducation critique à internet

Public : Préadolescent, Adolescent

Le programme 2025 ex machina est destiné aux 12-17 ans. Les objectifs sont de faire prendre conscience aux jeunes des conséquences de leurs actions en ligne, aujourd'hui et dans 20 ans, les inciter à adopter une posture réflexive sur leurs actions en ligne, les informer sur les risques et les règles de bons usages et les inviter à formuler leur vision de l'Internet de demain. Des ateliers sont proposés à partir d'un serious game de type thriller, qui invite, à travers une série de 4 épisodes, à s'interroger en jouant sur les usages d'Internet fixe et mobile et réfléchir à leurs usages concrets : recherche d'information, réseaux sociaux, internet mobile, blogs, téléchargement...



L'éducation aux médias au CDI

Public : préadolescent, adolescent

Le site propose des jeux éducatifs en lien avec l'information-documentation, dans le cadre d'un enseignement d'Initiation à la Recherche Documentaire ou d'Education aux médias et à l'information. Différentes missions sont proposées au joueur, comme « Mission Amity » pour aider Maxime à gérer ses amis et ses publications sur le réseau social Amity, ou « mission soigne ta réputation »

<https://sites.google.com/site/irdaucdi/les-missions>



Datak

Public : adolescent

Ce jeu de rôle en ligne destiné aux 15 ans et plus vise à sensibiliser aux enjeux du « big data », tant dans ses aspects positifs que dans ses dangers. Le joueur se retrouve dans la peau d'un stagiaire, fraîchement engagé par le maire afin de gérer les réseaux sociaux pour la ville. Très

vite, il est confronté à plusieurs dilemmes du quotidien, non seulement dans vie privée mais aussi pour la collectivité. L'objectif est de former les adolescents aux bonnes attitudes numériques.

<https://www.datak.ch/#/play>



Info Hunter

Public : adolescent

Info Hunter est un parcours pédagogique pour aider les jeunes à mieux comprendre la fabrique de l'information et développer leur esprit critique.

<https://www.infohunter.education/>