

Dossier

Familles & Ecrans Volume 1

Enfants de moins de 10 ans

L'ère du numérique : un monde qui interroge souvent les parents et particulièrement ceux de jeunes enfants.

D'un côté, on entend parler de dangers, de risques pour le développement des enfants, d'addictions aussi petits soient-ils.

De l'autre, le numérique serait utile pour développer leurs compétences, les accompagner dans leurs apprentissages, et serait même incontournable à l'école (et peut-être bientôt à la crèche ?) et pour son avenir.

Tablettes, smartphones, ordinateurs, applis, jeux vidéos, robotique ... Comment se repérer dans cet univers des écrans ?

Ce numéro thématique fait suite à la Journée «Familles & Ecrans» de 2018.

Sommaire

Dossier **Famille & Ecrans Volume 1** **Enfants de moins de 10 ans**

De parents à parents
Témoignages - p. 2 - 3

Regards de professionnels
Témoignage - p. 4

La vie du Réaap 66
Participez à la préparation de l'épisode
2 de « Familles & Ecrans » ! - p. 5

Quoi de neuf ?
Le nouveau site monenfant.fr est en
ligne- p. 6



De parents à parents

Témoignages de parents adhérents au Réaap66



«La famille Tout-Ecran»

Pour vous accompagner dans l'utilisation des ordinateurs, tablettes et smartphones en famille : une série télé, un guide ...

<http://www.caf.fr/allocataires/actualites/2018/la-famille-tout-ecran-decouvrez-la-serie>



Notre enfant, Paul, a presque 2 ans. Il s'est rapidement intéressé aux écrans. Lorsqu'il voit une télévision allumée il la regarde, dès qu'il peut accéder à un téléphone il tente de l'attraper pour nous imiter en disant « allo, au revoir ». A son âge, nous ne tenons pas à ce qu'il soit exposé à tous ces écrans. Les ordinateurs et téléphones sont des outils très pratiques mais présentent selon nous un risque d'addiction et de dérive, car il y a sur Internet beaucoup d'informations trop accessibles qui ne sont pas pour les enfants, quel que soit leur âge.

Paul a beaucoup de choses à découvrir dans le monde qui l'entoure, le monde réel, cela nous paraît plus bénéfique pour lui, il a encore du temps avant d'utiliser ce genre d'outils. Nous préférons qu'il apprenne à s'amuser à l'extérieur, ou qu'il découvre des jeux à manipuler ou à créer, ou encore qu'il apprécie une histoire racontée par ses parents ...

Quand nous avons su que nous allions être parents nous avons discuté sur la façon d'éduquer notre enfant et nous avons eu les mêmes idées, les mêmes attentes, et nous étions d'accord pour limiter son accès aux écrans. Et depuis la naissance de Paul nous avons changé quelques unes de nos propres habitudes de vies et tout cela est bénéfique aussi pour nous !

Pour diminuer la tentation, nous avons choisi de limiter son accès aux écrans en tout genre, jusqu'à éviter d'utiliser nos téléphones ou de regarder la télévision en sa présence. Nous attendons qu'il dorme, même si ce n'est pas toujours simple. Lorsque nous déplaçons ou reprenons le téléphone qu'il convoitait, Paul sait très bien nous montrer son mécontentement, alors on essaie de ne pas les laisser à sa portée ni à sa vue. S'il attrape un de nos téléphones nous le lui laissons quelques secondes (les téléphones sont verrouillés) puis nous lui disons que ce n'est pas un jeu et qu'il doit nous le rendre. Cela semble diminuer sa frustration.

Nous pensons que même si parfois les écrans peuvent aider les parents à se libérer des sollicitations de leur enfant, nous devons veiller à leur proposer autre chose pour les divertir, prendre soin d'eux et ne pas les laisser sans limite face aux écrans. Rien ne vaut une vraie communication avec nos enfants ou des activités en famille.





Je suis maman d'un petit garçon de 26 mois. Nous regardons la télévision surtout pour les informations, les matchs de rugby et certains reportages. Nous utilisons très peu l'ordinateur et la tablette, mais souvent nos portables, devant lui aussi. Les écrans l'attirent car je m'en sers parfois pour écouter de la musique ou des contes avec lui, ou pour regarder des émissions sur les animaux. En revanche il ne fait aucun jeu, même ceux «de son âge». Je suis toujours avec lui quand il est sur les écrans car je veux m'assurer que ce à quoi il accède n'est pas risqué ; trop de publicités et d'informations ne sont pas adaptées à un enfant. Il ne connaît pas les dessins animés. Nous trouvons cela inutile voire abrutissant. Et il n'est jamais plus de 5 minutes devant l'écran, car on ne veut pas trop l'y habituer pour ne pas perturber son développement mental et physique.

Passer du temps avec lui nous permet de créer un lien de confiance qui, je l'espère, l'aidera plus tard à venir vers nous en cas de problème. Si elle est centrale, la place donnée aux écrans peut nuire à cette relation. Mais je reconnais que parfois les écrans aident à maintenir des relations. Il peut ainsi garder le contact avec ses grands-parents malgré la distance qui nous sépare. Ils le voient grandir, et quand ils se retrouvent, il les reconnaît et le lien semble intact !

Je pense que bien utilisé et si on prend le temps d'expliquer à nos enfants les règles et le temps d'utilisation, cela peut être un bon outil et non un élément de discorde dans la famille.

Je conseillerais aux parents de se poser la question de ce qu'ils souhaitent pour leur enfant et d'agir en fonction. Ne pas toujours regarder ce qui se passe chez le voisin mais se tenir au courant des recherches qui sont menées sur l'impact des différents écrans qui entourent nos enfants. Aujourd'hui on nous propose beaucoup de choses « adaptées à leur âge » mais est-ce bien le cas ou juste du marketing ?



Participez à l'enquête «Mon enfant et la vidéo»

TV, replay, Youtube, streaming... Quels sont les programmes regardés par les enfants et les adolescents ?

La Souris Grise et Geek Junior lancent une grande enquête pour connaître et comprendre les pratiques vidéo des enfants de 1 à 17 ans

L'enquête est en ligne jusqu'à fin juin 2019

bit.ly/enfantetvideo

Regards de professionnels

Les associations Pep66, la Sagesse du corps et Chemin faisant ont participé à une formation sur l'impact des écrans en famille animée par Fréquence Ecoles (Lyon). Elles vous présentent quelques idées clés pour mieux gérer les écrans à la maison.



Des guides pour les parents sur le thème «les enfants et les écrans»

L'Union nationale des associations familiales (Unaf) propose une série de guides en ligne réalisés avec ses partenaires. Le site se décline aussi en page facebook.

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

Des temps d'échanges pour les parents : « Quand les écrans envahissent notre quotidien ».

L'Udaf66 anime ces temps d'échanges à la Maison pour les familles de Perpignan

Maison pour les Familles - Udaf66 - Tel : 04 68 51 86 36 - mplf@udaf66.fr

Le positionnement des parents est difficile face aux écrans. Tenaillé entre avertissements - « Limitez le temps des écrans, pas d'écran avant 3 ans... » - et recommandations, il y a de quoi se sentir coupable si son enfant regarde des écrans : « est-ce dangereux ? qu'est-ce que « limiter » ? et comment faire ? »... Et puis par peur du danger, nous laissons beaucoup moins les enfants jouer à l'extérieur, mais à la maison, nous ne voulons pas non plus qu'ils passent leur temps sur les écrans. Or, c'est souvent la première chose à laquelle ils ont accès pour s'occuper, ou qu'ils réclament !

Le numérique fait partie de l'avenir de nos enfants : ils vont devoir vivre et travailler avec, et être en contact avec des écrans dans leur environnement en dehors de la maison. Il est presque impossible de les en priver. C'est pourquoi, nous devons les aider à en apprendre les codes, afin de ne pas les mettre en danger. Comme lorsque l'on apprend à conduire, il est nécessaire d'apprendre le code de la route pour la sécurité de chacun !

Il reste important de proposer des temps variés : temps de calme, temps de défouloir avec une activité physique, temps d'écran (si on le souhaite), temps de partage en famille.

Les écrans, c'est exactement comme l'alimentation : rien n'est vraiment interdit, mais il faut savoir faire preuve de modération dans les quantités et de discernement dans le choix de ce que l'on consomme. On peut ainsi comparer l'utilisation des écrans à d'autres situations vécues par son enfant et appliquer les mêmes règles.

Par exemple :

- Je ne laisserais pas mon enfant jouer dans la rue sans surveillance. Je pourrais aussi être attentif à ce qu'il fait sur les écrans.
- Je n'accepte pas que mon enfant parle à un inconnu dans la rue. Pourquoi l'accepterais-je lorsqu'il joue à des jeux en ligne ou qu'il discute sur les réseaux ou par téléphone ?
- Je ne tolère pas que mon enfant insulte d'autres personnes. Puis-je le laisser être injurieux sur les réseaux sociaux ?
- Je ne laisserais pas mon enfant jouer dehors la nuit tombée. Peut-être pourrait-on éteindre les écrans en fin de journée ?

N'oubliez pas, l'écran peut aussi être un facteur d'échange avec l'enfant. Alors jouez, parlez, échangez avec lui autour de ses goûts et de ses pratiques numériques ! Vous trouverez sans doute ensemble les manières qui vous conviennent de gérer les écrans.

La vie du Réaap 66

Participez à la préparation de l'épisode 2 de «Familles & Ecrans» !

Un nouvel épisode de « Familles & Ecrans » consacré aux parents de pré-adolescents et adolescents se prépare ... Les parents, enfants et adolescents sont invités à participer !

En 2018, la Caisse d'allocations familiales et ses partenaires avaient organisé à Perpignan, dans le cadre du Réaap66, une journée pour aborder l'usage des écrans en famille avec des enfants de moins de 10 ans.

Pour ce second épisode le Réaap66 invite les parents qui le souhaitent à s'associer à la préparation de l'événement.

Un «appel à créations» est également lancé pour que chacun exprime son avis en tant que parents et en tant qu'enfant ou adolescent sur les écrans en famille comme il le souhaite : poème, conte, saynète, affiche, slam ...

Contact : Alice Pézé - Coordinatrice du Réaap66
alice.peze@caf.fr - 04 68 08 17 50



Retrospective sur la journée Familles & Ecrans de décembre 2018

Cet événement a réuni près de 120 participants petits et grands venus découvrir des supports numériques et s'informer.

Des ateliers autour de jeux traditionnels tels que des jeux de société, des livres, des jeux de motricité, étaient proposés aux côtés d'ateliers croisant numérique et papier, comme par exemple des applications permettant de faire vivre un coloriage réalisé par l'enfant ou encore d'animer les images d'un livre qu'il tient entre les mains. Les acteurs impliqués dans les animations* ont ainsi accompagné parents et enfants autour d'activités partagées à reproduire en famille, avec ou sans support numérique !

*L'association Fréquence écoles (Lyon), et les acteurs locaux - Les Enfants du Lude, les fédérations d'éducation populaire PEP66, UFCV, Ligue de l'enseignement, l'association APPOLO, la filière CAP Accompagnement éducatif en petite enfance du Lycée Marillac, et la Compagnie de théâtre Ricochet.

Quoi de neuf ?

Le nouveau site monenfant.fr est en ligne



Une nouvelle version du site pour une meilleure information des familles

La nouvelle version du site monenfant.fr est ouverte au public depuis le 13 février dernier, ainsi que l'application mobile Caf - Mon-enfant.

Ce portail innovant de services et d'informations couvre la petite enfance, la jeunesse ainsi que le champ du soutien à la parentalité dans un cadre repensé, tant sur le fond que sur la forme.

L'enrichissement du profil des assistants maternels constitue un des principaux axes d'évolution, en permettant aux familles d'avoir plus de précisions sur l'offre proposée : géolocalisation, formation, projet éducatif, tarifs, type de logement, disponibilités d'accueil...

Diverses rubriques thématiques permettent de s'informer pour accompagner son enfant à tous les âges de la vie jusqu'à ses 18 ans.

A votre tour de découvrir le site !

<https://monenfant.fr/>



Coordonnatrice du Réaap 66
Alice Pézé - 04 68 08 17 50
alice.peze@caf.fr