

Les écrans et nos enfants

Nos enfants sont de plus en plus connectés! Ils se retrouvent constamment confrontés à des stimulations provenant des médias numériques, qui ont pour conséquence de leur faire passer toujours plus de temps le nez collé à leurs écrans. En tant que parents, il est difficile de déterminer la place que les écrans prennent à la maison. Ce court guide présente l'essentiel des règles que nous conseillons pour leur encadrement au sein des familles.

Qui sommes-nous ?

Declick forme les nouvelles générations aux bonnes pratiques liées à l'utilisation d'Internet, des réseaux sociaux et des jeux vidéo.

Nous intervenons auprès des parents et des enfants pour aider à mieux encadrer l'utilisation des écrans aussi bien à l'école qu'à la maison.

L'encadrement des écrans à la maison

L'essentiel

Voici **quatre principes** simples à proposer à votre enfant pour l'aider à trouver un équilibre dans son utilisation des écrans au quotidien :



Le **dialogue** avec votre enfant est au centre de l'apprentissage d'une utilisation équilibrée et responsable.



Declick
Rue Centrale 7
3966 Chalais

contact@declick.ch
declick.ch



declick

declick





Apprivoiser les écrans et grandir

Développée par le psychiatre et docteur en psychologie, **Serge Tisseron**, la règle du **3-6-9-12** fournit aux parents des repères afin d'encadrer facilement les écrans de façon adaptée à chaque étape du développement de l'enfant.



Les normes PEGI

Ces **normes européennes** se trouvent sur toutes les boîtes de jeux ainsi qu'en ligne. Elles permettent d'informer les parents sur le contenu auquel leur enfant sera confronté en jouant. Tous les jeux sont répertoriés et évalués, y compris les jeux mobiles.



Avant 3 ans

L'enfant a besoin de découvrir avec vous ses sensorialités, et ses repères. Jouez, parlez, arrêtez la télé.

De 3 à 6 ans

L'enfant a besoin de découvrir ses dons sensoriels et manuels. Limitez les écrans, partagez-les, parlez-en en famille.

De 6 à 9 ans

L'enfant a besoin de découvrir les règles du jeu social. Créez avec les écrans, expliquez-lui Internet.

De 9 à 12 ans

L'enfant a besoin d'explorer la complexité du monde. Apprenez-lui à se protéger et à protéger ses échanges.

Après 12 ans

L'enfant s'affranchit de plus en plus des repères familiaux. Restez disponibles, il a encore besoin de vous.

declick



PEGI 3

Adapté à tous les âges. Légère violence dans un contexte comique. Personnages fantastiques. Aucun contenu inapproprié.



PEGI 7

Violence non-réaliste ou implicite, cartoonesque ou humoristique. Scènes pouvant effrayer les plus jeunes enfants.



PEGI 12

Violence réaliste envers des personnages fantastiques ou violence non-réaliste envers des personnages à caractère humain. Langage grossier modéré, nudité, horreur.



PEGI 16

Violence réaliste envers des personnages à caractère humain. Action sportive avec présence de sang. Langage grossier, usage de drogues. Représentation d'activités criminelles.



PEGI 18

Violence crue/extrême violence envers des personnages à caractère humain sans défense ou innocents. Idéalisations des drogues. Expressions ou activités sexuelles.



Langage grossier

Le jeu comporte des dialogues (écrits ou lus) utilisant des expressions grossières.



Drogue

Le jeu présente ou se réfère à l'usage de drogues.



Peur

Le jeu présente des éléments qui peuvent effrayer, notamment les jeunes enfants.



Jeux de hasard

Le jeu incite à pratiquer des jeux de hasard ou en enseigne les règles.



Sexe

Le jeu comprend des scènes de nudité et/ou des comportements ou des allusions de nature sexuelle.



Violence

Le jeu comprend des scènes violentes, y compris de type cartoonesque. Le degré de violence évolue selon la limite d'âge PEGI.



Achats intégrés

Le jeu permet d'acheter des biens virtuels avec de l'argent réel.



Discrimination

Le jeu contient des images susceptibles d'inciter à la discrimination.