





LES ECRANS, LES ENFANTS, LES ADOS ET NOUS.

Avant 3 ans	De 3 à 6 ans	De 6 à 9 ans	De 9 à 12 ans	Après 12 ans
<p>Pas d'écran</p> <p>le matin</p> <p>pendant les repas</p> <p>avant de s'endormir</p> <p>dans la chambre</p>	<p>Pas de jeux vidéo avant 6 ans *</p> <p>Pas de programmes inadaptés à l'âge de l'enfant</p> <p>Pas d'écran dans la chambre et avant de s'endormir</p>	<p>Pas d'internet avant 9 ans *</p> <p>Pas de jeux vidéo en accès libre</p> <p>Pas de programmes inadaptés à l'âge de l'enfant</p> <p>Pas d'écran dans la chambre et avant de s'endormir</p>	<p>Pas de réseaux sociaux avant 12 ans *</p> <p>Pas d'accès libre à internet</p> <p>Pas de programmes inadaptés à l'âge de l'enfant</p> <p>Pas d'écran dans la chambre et avant de s'endormir</p>	<p>Pas de connexion nocturne illimitée</p> <p> téléchargement, pornographie, cyber-harcèlement, plagiat...</p> <p>Pas d'écran dans la chambre et avant de s'endormir</p>
A PRIVILEGIER				
<p>Jouer ensemble</p> <p>Jeux d'éveil et traditionnels</p> <p>Comptines, albums et livres</p> <p>Ballade, Lieux d'accueil parents-enfants</p> <p> En tant que parent, être vigilant à son propre usage des écrans</p>	<p>Des règles établies sur le temps d'écrans et le programme choisi.</p> <p>Jeux de plein air, jeux collectifs, jeux de construction, jeux de société, musique, lecture, activités manuelles, bricolage, cuisine, ballade... en famille.</p>	<p>Expliquer le droit à l'image et à l'intimité.</p> <p>Activités sportives, inscription à des clubs sportifs</p> <p>Activités culturelles, artistiques proposées par l'Ecole, la Ville ou le centre social et familial.</p>	<p>Privilégier le dialogue et continuer à partager des activités communes</p> <p>Mettre en place le contrôle parental sur les écrans.</p> <p>Points de vigilances sur Internet :</p> <p>- tout ce que l'on y met peut devenir public et rester à vie</p> <p>- tout ce que l'on y trouve n'est pas forcément vrai</p>	<p>Accompagner vers l'autonomie et faire confiance</p> <p>Accompagner et éduquer à l'usage du téléphone portable et des réseaux sociaux</p> <p>Partager des jeux vidéo en famille et privilégier la vie sociale</p>
<p>Limitons les écrans, choisissons les programmes, invitons les enfants à parler de ce qu'ils ont vu et fait.</p> <p>Et nous adultes, soyons exemplaires dans notre propre usage des écrans !</p>				

* Sans être accompagné par un adulte