

# NOS ENFANTS ET LES ÉCRANS

9 À 12 ANS  
L'ÂGE DE L'AUTONOMIE



JEU VIDÉO  
Privilégier ceux où l'on joue à plusieurs à ceux où l'on joue seul.



Période de 30 MINUTES maximum



PRIVILÉGIER LES ÉCRANS INTERACTIFS POUR contribuer au développement



TÉLÉVISION AUTORISÉE avec des programmes adaptés



En autonomie

6 À 9 ANS



JEU VIDÉO À USAGE MODÉRÉ  
Privilégier ceux où l'on joue à plusieurs à ceux où l'on joue seul.



Période de 30 MINUTES maximum



PRIVILÉGIER LES ÉCRANS INTERACTIFS POUR développer son intelligence, se concentrer, créer, prendre des initiatives et résoudre des tâches compliquées



TÉLÉVISION AUTORISÉE sans images de violence



En autonomie, avec la surveillance des parents

3 À 6 ANS



JEU VIDÉO À PETITE DOSE  
Privilégier ceux où l'on joue à plusieurs à ceux où l'on joue seul.



Période de 20 MINUTES maximum



TABLETTE TACTILE NON-NÉCESSAIRE développer ses sens



TÉLÉVISION déconseillée



Accompagné d'un adulte

AVANT 3 ANS



Période de 10 MINUTES maximum



TABLETTE TACTILE NON-NÉCESSAIRE Doit être utilisée en complément des jouets traditionnels



TÉLÉVISION déconseillée



Accompagné d'un adulte

Attention! Ces règles sont indicatives. Elles donnent une ligne de direction aux parents et adultes qui encadrent l'enfant. Il reste néanmoins de la responsabilité de chacun de les adapter en fonction du degré de maturité de l'enfant.

TISSERON, S., (2013) 3-6-9-12, apprivoiser les écrans et grandir, Toulouse : éres. - Design : Les Belles Combines

DÉFI  
5@8  
SANS ÉCRANS



Limitons les écrans, choisissons les programmes, discutons avec les enfants de ce qu'ils ont vu ou fait et surtout encourageons les activités créatives.