



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de l'Éducation nationale,
de l'Enfance et de la Jeunesse



Dossier de presse

Campagne
Les écrans en famille

einfach | digital

Zukunftskompetenze
fir staark Kanner

27 février 2020

Les écrans en famille

Gérer, éduquer et accompagner

Ordinateurs, tablettes, portables, smartphones, Internet, réseaux sociaux, jeux vidéo, tous les ingrédients de la digitalisation de notre environnement représentent autant d'opportunités pour les enfants et les adolescents de découvrir, d'apprendre, d'expérimenter, d'échanger, en bref de grandir et de s'épanouir. Encore faut-il qu'ils apprennent à s'en servir de façon raisonnée et en toute sécurité. Ensemble, les parents et les acteurs de l'Éducation nationale peuvent les aider à adopter des comportements sains. Sensibiliser les parents à leur rôle dans ce domaine et leur proposer des astuces pour une gestion responsable des médias digitaux en famille, c'est l'objectif de la campagne *Les écrans en famille* que le ministère de l'Éducation nationale, de l'Enfance et de la Jeunesse et BEE SECURE déploient de fin février à début avril 2020.

1. DES PARENTS FORTS POUR DES ENFANTS FORTS – STAARK ELTERE FIR STAARK KANNER

La campagne *Les écrans en famille* s'inscrit dans le cadre de l'initiative globale *einfach digital – Zukunftskompetenze fir staark Kanner* (« digital, tout simplement – Les compétences du futur pour des enfants forts »), présentée à la presse début février.

Le digital s'impose en effet à nous, et il est à notre portée d'en tirer le meilleur parti à la fois pour innover dans les modes d'apprentissage et préparer les jeunes aux métiers d'aujourd'hui et de demain. Les chances qui accompagnent l'explosion des médias digitaux ne viennent cependant pas sans certains risques. Les enfants d'aujourd'hui sont certes nés avec Internet et les médias digitaux, ils ne sont pas pour autant dotés d'un savoir inné les armant pour les utiliser spontanément en toute sécurité et à bon escient.

Avec Internet partout dans la maison et grâce aux écrans tactiles, même les enfants les plus jeunes peuvent se servir de smartphones et de tablettes. Pour les parents, cela suscite de nombreuses questions : *À partir de quel âge mon enfant peut-il posséder son propre smartphone ? La télévision ou les consoles ont-elles leur place dans sa chambre à coucher ? Combien de temps mon enfant peut-il passer devant les écrans ? Mon enfant devrait-il utiliser ces appareils de manière autonome ? Comment puis-je le protéger des abus et du cyberharcèlement ?*

Les parents sont les premiers éducateurs de leurs enfants, aussi en ce qui concerne l'usage des médias digitaux. Il revient à la politique éducative de les renforcer comme partenaires primordiaux de l'Éducation nationale, en leur proposant des outils fiables et accessibles en matière d'éducation au digital. C'est la raison d'être de la campagne *Les écrans en famille*.

2. DES RECOMMANDATIONS FONDÉES SUR LES CONNAISSANCES SCIENTIFIQUES LES PLUS RÉCENTES

Au centre de la campagne se place le guide pour parents *Les écrans en famille - Gérer, éduquer et accompagner*. Ce guide apporte une vision d'ensemble sur les dernières études scientifiques et propose un angle d'approche positif de l'utilisation des médias digitaux. Écrit en français et en allemand, il est accompagné d'une affichette synthétisant les recommandations.

Les rédacteurs du guide se sont appuyés sur les travaux de recherche de plusieurs organismes, spécialistes et réseaux d'experts :

1. Serge Tisseron, psychiatre et psychanalyste français, membre de l'Académie des technologies : il a publié en 2013 *Grandir avec les écrans – La règle 3-6-9-12*. Cette règle, également promue par le ministère de la Santé luxembourgeois, suggère une ligne de conduite sur près de dix années (de 3 à 12 ans). Afin de rendre cette information le plus accessible possible, BEE SECURE l'a synthétisée dans un poster illustré joint au guide.
2. Sabine Duflo, psychologue clinicienne et thérapeute familiale, spécialiste des écrans, fondatrice du Collectif Surexposition Écrans (CoSE) : elle propose la méthode « Les 4 Pas » (quatre temps sans écrans) permettant de prendre davantage son temps pour discuter en famille et partager des activités hors ligne pour favoriser le bien-être général en famille.
3. L'Organisation mondiale de la Santé : en 2019, l'OMS a reconnu la « dépendance aux jeux vidéo » comme trouble mental et en a défini les caractéristiques. Elle a par ailleurs publié des lignes directrices sur l'activité physique, les comportements sédentaires et le sommeil de l'enfant de moins de cinq ans afin qu'il puisse grandir en bonne santé.
4. Le réseau européen des Safer Internet Centres, dont BEE SECURE fait partie. Ce réseau, surnommé INSAFE, se concentre sur la sensibilisation, la compréhension des problématiques relatives à un Internet plus sûr et les tendances émergentes.
5. Alicia Blum-Ross et Sonia Livingston, scientifiques du département Media et communications de la London School of Economics and political Science : elles conseillent de ne pas uniquement se focaliser sur des limitations de temps d'écran mais plutôt de garder un regard sur l'ensemble des activités, qu'elles soient réalisées avec ou sans médias et de tenir compte du contexte et la situation émotionnelle correspondante.

3. UN GUIDE PRATIQUE LARGEMENT DIFFUSÉ

À la mi-mars, le guide ainsi que l'affichette sur la règle des 3-6-9-12, en langues française et allemande, seront diffusés dans toutes les écoles fondamentales publiques, les crèches, les communes et aux pédiatres à l'attention des parents. Tout autre personne peut les commander sur www.bee-secure.lu.

D'un format pratique (A5), le guide s'organise autour de huit chapitres :

1. des informations statistiques sur l'utilisation des écrans ;

2. un aperçu des bénéfices des médias digitaux (accès à une information illimitée, facilité à créer et maintenir des contacts, développement de compétences cognitives, sociales, digitales, etc., nouvelles possibilités d'apprentissage) ;
3. une explication synthétique des quatre principaux risques d'un usage non contrôlé des écrans (manque de sommeil, prise de poids, dépendance, retard du développement langagier et physique) ;
4. des conseils sur la gestion du temps d'écran, avec une affichette sur la règle des 3-6-9-12 (attitudes conseillées selon l'âge de l'enfant) élaborée par le psychiatre Serge Tisseron ;
5. dix pistes et astuces concrètes (l'autoévaluation, la configuration sécurisée des appareils, l'élaboration de règles réalistes, l'approche critique, l'échange dans la confiance, etc.) ;
6. des contacts utiles ;
7. des liens vers des outils pour approfondir ;
8. des références bibliographiques et sitographiques.

4. LES MESSAGES DE LA CAMPAGNE D'AFFICHAGE

Le guide aborde dans le détail les risques liés aux écrans et les ressources à disposition des parents. Six affiches synthétisent le guide et mettent en avant six recommandations :

- éviter de laisser les enfants de moins de 6 ans jouer seuls à des jeux vidéo ;
- éviter les écrans avec les enfants de moins de 3 ans. Adapter par la suite leur utilisation à leur âge ;
- pour dormir tranquille, définir des zones sans écran dans la maison ;
- montrer le bon exemple, puisque les enfants apprennent de leurs parents ;
- parler avec son enfant de ce qu'il regarde ou à quoi il joue quand il est tout seul ;
- rester prudent et sensibiliser au risque d'avoir un adulte ou quelqu'un qui se fait passer pour adulte comme ami virtuel : avant 13 ans, l'enfant ne mesure pas les risques potentiels des réseaux sociaux.

5. SIX SEMAINES D'AFFICHAGE RÉEL ET VIRTUEL

La campagne est programmée sur six semaines.

Les six affiches illustrant les principales recommandations feront le tour du pays, en versions luxembourgeoise et française : elles seront présentes sur les réseaux d'abribus JCDecaux, dans les Cactus, sur les culs de bus RGTR. Elles seront également visibles en format affichette dans les bus TICE et AVL. Les visuels des affiches seront déclinés en web banner sur différents médias en ligne. La campagne s'étendra à Facebook ainsi qu'au compte Instagram de l'initiative BEE SECURE.

6. BEE SECURE

BEE SECURE est le *Safer Internet Center* (SIC) du Luxembourg. Il s'adresse aux enfants, aux jeunes et à leurs encadrants. L'initiative comprend toutes les mesures de sensibilisation en matière de sécurité des technologies de l'information et de la communication. La BEE SECURE Stoline permet aux citoyens de signaler de manière anonyme et confidentielle des contenus illégaux rencontrés sur internet. La BEE SECURE Helpline offre aux enfants, jeunes, parents, enseignants et éducateurs des

conseils et de l'aide dans tous les domaines des nouveaux médias. Le conseil téléphonique est confidentiel, gratuit et anonyme.

BEE SECURE est une initiative gouvernementale du Grand-Duché de Luxembourg, opérée par le Service national de la jeunesse (SNJ) et le Kanner-Jugendtelefon (KJT), en partenariat avec SECURITYMADEIN.LU, la Police Lëtzebuerg ainsi que le Parquet général du Grand-Duché de Luxembourg. BEE SECURE est coordonnée par le SNJ et cofinancée par la Commission européenne. L'implication gouvernementale est assurée par le ministère de l'Éducation nationale, de l'Enfance et de la Jeunesse, le ministère de l'Économie et le ministère de la Famille et de l'Intégration. BEE SECURE fait partie des réseaux européens *Insafe* (centres de sensibilisation) et *INHOPE* (centres de signalement pour contenus illégaux).



**WËI AMESEËIERT SECH ÄERT KAND,
WANN ET ELENG ASS?**

Schwätzt mat em a behaalt en A drop,
wat et online kuckt!

Entdeckt eise Guide fir Elteren op bee-secure.lu



einfach | digital
Zukunftskompetenz
fir staark Kanner



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de l'Éducation nationale,
de l'Enfance et de la Jeunesse



POUR VOTRE ENFANT, C'EST UN JOUET. ET POUR VOUS?

Si votre enfant n'a pas encore 3 ans, évitez les écrans!
Adaptez par la suite leur utilisation à son âge.

Découvrez notre guide pour parents sur bee-secure.lu



einfach | digital
Zukunftskompetenz
fir staark Kanner



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de l'Éducation nationale,
de l'Enfance et de la Jeunesse



SCHLÉIFT ÄERT KAND OCH WIERKLECH, WANN DIR SCHLOOFT?

Fir datt Äert Kand ongestéiert ka schlofen: Leet genee fest, wou doheem keng Ecranen däerfe benotzt ginn!

Entdeckt eise Guide fir Elteren op bee-secure.lu



einfach | digital
Zukunftskompetenze
fir staark Kanner



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de l'Éducation nationale,
de l'Enfance et de la Jeunesse



À QUOI JOUE VOTRE ENFANT SEUL DANS SA CHAMBRE ?

Si votre enfant a moins de 6 ans, évitez de le laisser jouer seul à des jeux vidéo.

Découvrez notre guide pour parents sur bee-secure.lu



einfach | digital
Zukunftskompetenz
fir staark Kanner



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de l'Éducation nationale,
de l'Enfance et de la Jeunesse



WAT MÉCHT ÄERT KAND UM IESSDËSCH? DAT SELWECHT WÉI DIR?

D'Kanner léiere vun hiren Elteren:
Gitt mam gudde Beispill vir!

Entdeckt eise Guide fir Elteren op bee-secure.lu



einfach | digital
Zukunftskompetenze
fir staark Kanner



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de l'Éducation nationale,
de l'Enfance et de la Jeunesse



VOTRE ENFANT PEUT-IL AVOIR UN ADULTE COMME AMI ?

Prudence ! Avant 13 ans, l'enfant ne mesure pas les risques potentiels des réseaux sociaux.

Découvrez notre guide pour parents sur bee-secure.lu



einfach | digital
Zukunftskompetenz
fir staark Kanner



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de l'Éducation nationale,
de l'Enfance et de la Jeunesse

Retrouvez l'actualité du ministère de l'Éducation nationale, de l'Enfance et de la Jeunesse sur www.men.lu et sur Facebook