

QUEL(S) ÉCRAN(S) POUR QUEL(S) ÂGE(S) ?

Avoir des repères

ÂGES ▶	0-3 ans	3-6 ans	6-9 ans	9-12 ans	+12 ans
 TÉLÉVISION					
 TABLETTE					
 SMARTPHONE					
 JEUX VIDÉO					
 INTERNET					
 RÉSEAUX SOCIAUX					
 TOUT SEUL ?					

Légende :



OUI



AVEC MODÉRATION



À ÉVITER



ENSEMBLE



ADULTE À CÔTÉ



ENFANT SEUL

Quelques recommandations clés



Quelque soit l'âge de l'enfant, limiter autant que possible la durée d'exposition aux écrans même si bien entendu celle-ci varie en fonction de son âge.

0-3 ans

Avant 3 ans les écrans ne sont pas nécessaires au développement de l'enfant, au contraire... La confrontation au réel reste la meilleure manière pour encourager l'utilisation des 5 sens.

3-6 ans

Imaginer, jouer, bricoler avec son environnement et penser avec ses 10 doigts. L'enfant ne fait pas toujours la différence entre la fiction et la réalité (être attentif aux programmes et encourager l'enfant à verbaliser ce qu'il voit, ce qu'il ressent...).

6-9 ans

Il développe son imaginaire, sa concentration, la résolution de problème. L'usage maîtrisé de programmes adaptés peut permettre de développer son intelligence, se concentrer, créer. L'adulte doit pouvoir accompagner l'enfant dans cette démarche.

9-12 ans

Il découvre les règles du jeu social (vivre avec les autres, comment se comporter en société,...). L'enfant commence à expérimenter seul des programmes mais il est important que l'adulte reste attentif.

+12 ans

Les réseaux sociaux développent le tissu social de l'enfant (famille, amis,...) mais un accompagnement de l'adulte est nécessaire pour en éviter les dangers.

Le matin



Durant le repas



4 temps sans écrans



Avant de s'endormir



Dans la chambre de l'enfant



Sources et renseignements : sabineduflo.fr et sergetisseron.com

Document réalisé par les participants de la « Formation parentalité Numérique » animée par le REAAP et l'IREPS Loire en 2019



Financé par :

