

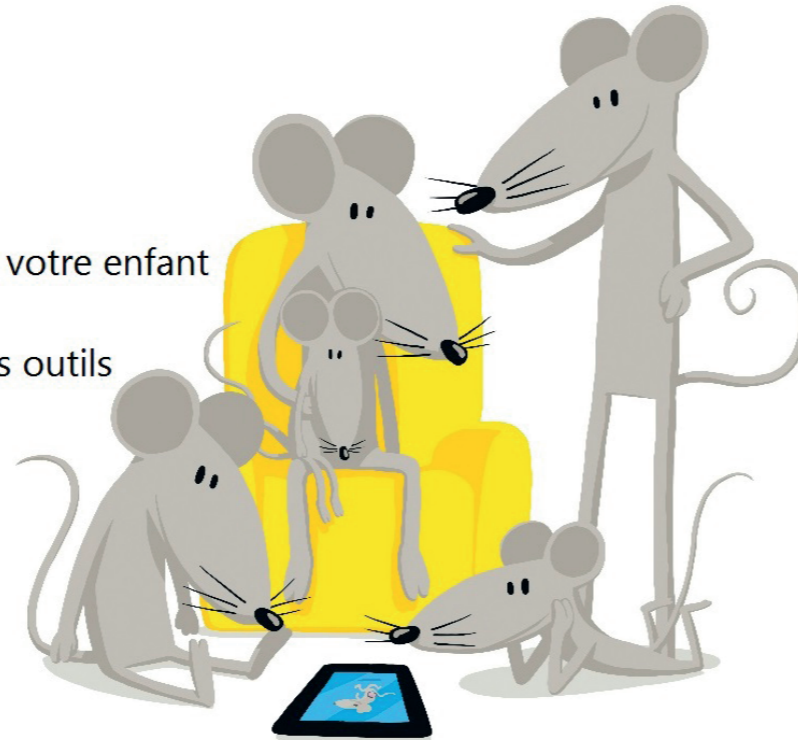
Écrans et enfants : conseils pour une vie numérique heureuse

- de 3 ans

Temps maximal d'utilisation continue : 10 minutes
Toujours partagé avec un adulte
Des contenus adaptés, beaux, doux et calmes
L'écran interactif oui, le visionnage passif d'images non
L'écran est une activité parmi d'autres
Fuyez les tablettes enfant

+ de 10 ans

L'écran fait partie de la vie familiale et personnelle de votre enfant
Parler "écran" avec votre enfant, c'est important !
Proposez des contenus variés, des jeux, des livres, des outils
Utilisez les écrans pour renforcer vos liens familiaux
Évitez les écrans permanents dans la chambre
Pendant la nuit, le portable dort dans le salon



8-10 ans

Temps maximal d'utilisation continue : 45 minutes
Avec l'écran, on apprend et on joue ensemble !
Transmettez des pratiques-écrans actives : choisir, partager, s'informer
Continuez d'utiliser les écrans avec votre enfant
Soyez à l'écoute des usages numériques de votre enfant
L'écran personnel n'est pas rangé dans la chambre

3-6 ans

Temps maximal d'utilisation continue : 20 minutes
Toujours partagé avec un adulte ou un grand
Des contenus éducatifs, musicaux et créatifs
Associez l'activité numérique à des activités physiques
Évitez les écrans personnels
Expliquez vos règles d'utilisation des écrans

6-8 ans

Temps maximal d'utilisation continue : 30 minutes
Avec l'écran on apprend, on se cultive et on joue ensemble
Des contenus éducatifs et des jeux à plusieurs
Regardez les dessins animés avec votre enfant
Préférez une tablette familiale partagée par tous
S'il y a un écran personnel, il n'est pas rangé dans la chambre

