

# Les enfants et les écrans

## Quel écran pour quel âge ?

QUI ?	QUOI ?					COMMENT ?	
	Télé / DVD	Tablette (photos, jeux)	Jeux vidéo	Internet	Réseaux sociaux	Autonomie	Temps d'écran quotidien
Avant 3 ans	☹️	☹️	☹️	☹️	☹️	✖️ Pas d'écran	✖️ Pas d'écran
Entre 3 et 6 ans	😊 Pour enfants	😊	☹️	☹️	☹️	👤 Avec un adulte	⏰ 10:00 max 10 minutes par jour
Entre 6 et 9 ans	😊 Pour enfants	😊	😊	☹️	☹️	👤 Avec un adulte	⏰ 30:00 max 30 minutes par jour
Entre 9 et 13 ans	😊 Pour enfants	😊	😊	😊	😊	👤 Adulte à proximité	⏰ 30:00 max 30 minutes par jour
Après 13 ans	😊	😊	😊	😊	😊	👤 Autonomie	⏰ 120:00 max 2 heures par jour

Réalisation : parents élus école élémentaire Anatole France, Toulouse, 2023. D'après les données du CSA (infographie "Un enfant, un écran")

### Quelques rappels :

Avant 3 ans, pas d'écrans.

Après 3 ans, limiter autant que possible le temps d'écran.

Pas d'écrans dans les chambres.

Les jeux vidéos ont un classement PEGI qui permet de savoir à partir de quel âge on peut y jouer.

Le contrôle parental permet de limiter les accès à internet et le temps d'écran.

Les réseaux sociaux c'est à partir de 13 ans : whatsapp, instagram, twitter, tiktok, facebook, signal...

Il existe des alternatives au portable en 6° ou avant : ne pas craquer (on peut encore vivre sans portable!), donner un téléphone à touches, mettre un contrôle parental strict.

**Et si on en parlait** entre parents avant de promettre un smartphone à nos enfants?

# Les enfants et les écrans

## Quel écran pour quel âge ?

QUI ?	QUOI ?					COMMENT ?	
	Télé / DVD	Tablette (photos, jeux)	Jeux vidéo	Internet	Réseaux sociaux	Autonomie	Temps d'écran quotidien
Avant 3 ans	☹️	☹️	☹️	☹️	☹️	✖️ Pas d'écran	✖️ Pas d'écran
Entre 3 et 6 ans	😊 Pour enfants	😊	☹️	☹️	☹️	👤 Avec un adulte	⏰ 10:00 max 10 minutes par jour
Entre 6 et 9 ans	😊 Pour enfants	😊	😊	☹️	☹️	👤 Avec un adulte	⏰ 30:00 max 30 minutes par jour
Entre 9 et 13 ans	😊 Pour enfants	😊	😊	😊	😊	👤 Adulte à proximité	⏰ 30:00 max 30 minutes par jour
Après 13 ans	😊	😊	😊	😊	😊	👤 Autonomie	⏰ 120:00 max 2 heures par jour

Réalisation : parents élus école élémentaire Anatole France, Toulouse, 2023. D'après les données du CSA (infographie "Un enfant, un écran")

### Quelques rappels :

Avant 3 ans, pas d'écrans.

Après 3 ans, limiter autant que possible le temps d'écran.

Pas d'écrans dans les chambres.

Les jeux vidéos ont un classement PEGI qui permet de savoir à partir de quel âge on peut y jouer.

Le contrôle parental permet de limiter les accès à internet et le temps d'écran.

Les réseaux sociaux c'est à partir de 13 ans : whatsapp, instagram, twitter, tiktok, facebook, signal...

Il existe des alternatives au portable en 6° ou avant : ne pas craquer (on peut encore vivre sans portable!), donner un téléphone à touches, mettre un contrôle parental strict.

**Et si on en parlait** entre parents avant de promettre un smartphone à nos enfants?