

Fiche ressources sur la thématique « Usage des écrans »

Référentiels :



Pour un accompagnement À L'USAGE DES ÉCRANS - Référentiel à destination des intervenants dans et hors milieu scolaire – ARS / PSN

Lien → [951a54_b8713_aa4f8a542fb901fbdf97813e00a.pdf](https://www.normandie.ars.sante.fr/index.php/system/files/2021-05/MFN-Guide-pratique-danimation-Les-%C3%A9crans-et-nous-VP.pdf)



Guide pratique « Les écrans et nous » - La mutualité française

Lien → <https://www.normandie.ars.sante.fr/index.php/system/files/2021-05/MFN-Guide-pratique-danimation-Les-%C3%A9crans-et-nous-VP.pdf>



Plaquette Sextant : Enfants et écrans (les risques, les conseils)

Lien → <https://lestetho.fr/wp-content/uploads/2023/05/flyer-enfants-ecrans-Vfin-1.pdf>

Sites :

<https://normandie.mutualite.fr/dossiers/les-ecrans-et-nous/>

Kit de la mutualité française :

- Affiches « Les écrans... et nous ! »
- Livret « Les écrans... et nous ! Avec les familles Agogo et Patro, observez les différences ! »
- Livret « Les écrans... et nous ! En famille, préservons notre santé ! »
- Poster à colorier « Les écrans... et nous ! »
- Mon carnet personnel « Les écrans... et nous ! »
- Exposition « Les écrans ...et nous ! »

<https://www.sante.fr/je-protège-mon-enfant-la-plateforme-d'information-et-d'accompagnement-la-parentalité-numérique>

<https://promotion-sante-na.org/production/nos-enfants-et-les-ecrans-parents-a-vous-de-jouer/>
Jeux+ guide plateau

<https://promotionsante-hdf.fr/boite-a-outils-pedagogiques-numerique-ecran/>
Matériel peda téléchargeable

<https://www.normandie.ars.sante.fr/mon-enfant-et-les-ecrans>
Fiche téléchargeable

[Association de protection de l'enfance sur internet | e-Enfance](#)
Ressources, informations, affiches

[3-6-9-12+ Pour un développement numérique durable](#)
Ressources, informations, affiches

[Les écrans, les réseaux... et vos ados ! - Internet Sans Crainte](#)

[Yapaka | Parents, enfants, prenons le temps de vivre ensemble](#)
Ressources, informations, affiches

[- sabineduflo](#)
Règle des 4 pas, Fleur des 4 pas

Vidéo : la plasticité cérébrale chez l'enfant (comprendre pourquoi il ne faut pas d'écran avant 3 ans / Public pro) : https://youtu.be/pnF21M30U_U

<https://frapscentre.org/outil-capsule/#1590655243888-b4dc30fc-6c07>
Cap'sule santé Ecran

Jeux :

Emprunt possible au Point relais Documentaire du service santé de la Communauté urbaine : point-relais-documentaire@lehavremetro.fr

[Ressources et téléchargements - Blog Hop'Toys](#)
[La boîte à téléphone pour déconnecter ! - Blog Hop'Toys](#)

La famille Tout Écran Conseils en éducation aux médias et à l'information



<https://www.reseau-parental50.net/wp-content/uploads/2015/05/Guide-CLEMI-2017-La-famille-tout-ecran.pdf>

Gestion du temps d'écran



Cet outil permet de responsabiliser les enfants en les aidant à doser leurs temps d'écran, à mieux gérer les frustrations et à s'investir dans d'autres loisirs une fois le temps défini est épuisé. Cet outil est entièrement illustré afin de permettre une meilleure compréhension.

Ma pause sans écran 30 jeux à partager pour éloigner ses enfants des écrans



Des activités classées par âge pour choisir facilement la plus adaptée aux goûts et au développement de son enfant. - Un livret expliquant les apprentissages essentiels induits par le jeu que les écrans ne peuvent apporter, voire au contraire freiner.

Info/intox les écran :



Ce jeu de cartes permet d'amener un débat par le biais d'affirmations auxquelles on peut répondre par « info » (vrai) ou par « intox » (faux) sur les différents domaines du numérique

La sorcière des écrans, BD



Le Jeu des Connectés



Pendant 1 mois, Le jeu des connectés s'invite dans votre quotidien pour une expérience ludique unique. Relevez le challenge en famille en réalisant des actions sur des sujets liés aux écrans : il n'y a pas de perdant et vous y gagnerez tous à passer des moments ensemble

Num et ric



Num et Ric et Cie a pour objectif d'appréhender et de **débattre de différents aspects des usages numériques dans l'environnement quotidien du jeune enfant** et de permettre à chacun, parent et/ou professionnel, de faire émerger des solutions adaptées à son contexte et à ses préoccupations. Il propose un temps d'échanges et de réflexion, avec des adultes référents de jeunes enfants (familles, professionnels) pour construire collectivement des repères afin de **promouvoir un usage réfléchi du numérique, en particulier avec les jeunes enfants.**

L'éduc écrans



Dans un monde où les écrans sont omniprésents, les parents s'interrogent sur la place à leur accorder sur le plan éducatif. Par ailleurs, les parents étant eux-mêmes des modèles pour leurs enfants en matière de pratiques numériques, certaines questions concernent directement leurs propres usages.

L'ÉDUC'ÉCRANS est un support ludique de médiation qui favorise l'émergence de propositions éducatives adaptées à chacun tout en interpellant les parents sur leurs expériences passées et à venir.

Rappel :

Vous pouvez commander gratuitement des flyers, affiches.... en créant votre compte sur le webstore du site de Santé Publique France : [Web Store](#)