



« Le monde du numérique est en perpétuelle mutation.

Il est donc important d'avoir une information claire et actualisée.»

Veille numérique partagée du PII Intercommunal du Vallespir et de ses partenaires inscrits dans une réflexion collective autour de l'usage des écrans de la Communauté de Communes du Vallespir. Coordination du dossier ressources réalisée par les Informateurs Jeunesse : Thomas SIMONETTI et Laurent VIE



COMPORTEMENT

les bons usages face aux écrans

DATE	MOT CLES	TITRE (Article ou document)	DESSCRIPTIF	AUTEUR	SOURCE (site)	LIEN (adresse)
01/02/2020	Etude	La parentalité à l'épreuve du numérique	Etude sur les questionnements des parents face au numérique	Médiamétrie	https://www.mon-enfant-et-les-ecrans.fr/	https://www.unaf.fr/IMG/pdf/Livret_Unaf_Open_version_VE.PDF
02/04/2020	Accompagnement	Ressource Vinz et Lou internet	Des outils numériques gratuits pour sensibiliser	internetsanscrainte	https://www.internetsanscrainte.fr/	https://www.internetsanscrainte.fr/programmes/vinz-et-lou
01/04/2020	Consommation	Qu'est-ce qu'un usage excessif ?	Des pratiques à l'usage problématique	lebonusagedesecrans	https://lebonusagedesecrans.fr/	https://lebonusagedesecrans.fr/essentiel-a-savoir/un-usage-excessif/
01/04/2020	Consommation	Les causes d'un usage excessif	L'usage excessif des écrans comme solution aux difficultés quotidiennes	lebonusagedesecrans	https://lebonusagedesecrans.fr/	https://lebonusagedesecrans.fr/essentiel-a-savoir/cause-usage-excessif/
01/04/2020	Bonnes pratiques ?	Quizz	Etes-vous bien informé(e) et avez-vous les bons réflexes en tant que parent ?	lebonusagedesecrans	https://lebonusagedesecrans.fr/	https://lebonusagedesecrans.fr/quizz/
01/04/2020	Consommation	Comment savoir si l'on est dans un usage à risque ?	Identifier quand Les écrans deviennent dangereux	lebonusagedesecrans	https://lebonusagedesecrans.fr/	https://lebonusagedesecrans.fr/les-ecrans-et-vous/savoir-usage-excessif/
01/04/2020	Bonnes pratiques	Comment limiter ses risques ?	Règles de bon usage des écrans pour préserver son équilibre et son bien-être.	lebonusagedesecrans	https://lebonusagedesecrans.fr/	https://lebonusagedesecrans.fr/les-ecrans-et-vous/limiter-ses-risques/
01/04/2020	Accompagnement	Que faire en cas d'usage problématique des écrans ?	Démarches utiles pour s'en sortir	lebonusagedesecrans	https://lebonusagedesecrans.fr/	https://lebonusagedesecrans.fr/les-ecrans-et-vous/usage-problematique-des-ecrans/
01/04/2020	Accompagnement	Vos proches face aux écrans	Aider un proche qui a un usage problématique	lebonusagedesecrans	https://lebonusagedesecrans.fr/	https://lebonusagedesecrans.fr/les-ecrans-et-votre-entourage/vos-proches-face-aux-ecrans/
01/04/2020	Accompagnement	Catégorie : Conseils aux parents	Des règles à mettre en place	lebonusagedesecrans	https://lebonusagedesecrans.fr/	https://lebonusagedesecrans.fr/category/conseils-aux-parents/
01/04/2020	Bonnes pratiques	Les écrans et votre travail	Les bons usages	lebonusagedesecrans	https://lebonusagedesecrans.fr/	https://lebonusagedesecrans.fr/les-ecrans-et-votre-travail/
01/04/2020	Se protéger	Ecrans : comment préserver vos yeux ?	Limiter les risques et la fatigue oculaire	lebonusagedesecrans	https://lebonusagedesecrans.fr/	https://lebonusagedesecrans.fr/les-ecrans-et-votre-vision/comment-preserver-vos-yeux/
01/04/2020	Se protéger	Refuse toujours les rencontres physiques	N'accepte pas de Rendez-vous	faisgaffe	http://www.fais-gaffe.fr/	http://www.fais-gaffe.fr/refuse-toujours-les-rencontres-physiques
01/04/2020	Accompagnement	Créer sa charte numérique en famille: c'est facile avec FamNum	Application pour accompagner les usages du numérique en famille	internetsanscrainte	https://www.internetsanscrainte.fr/	https://www.internetsanscrainte.fr/dossiers/parentalite-numerique/actualites/creer-sa-charte-numerique-en-famille-cest-facile-avec-famnum
01/04/2020	Sensibilisation	Stop à la violence	Serious game sur l'harcèlement au collège : mène l'enquête		https://www.stoplaviolence.net/	https://www.stoplaviolence.net/
01/04/2020	Accompagnement	Les ressources éducation 13-18	inviter les jeunes à partager et interroger leur manière de vivre avec les écrans et les autres	Safer Internet France	https://www.saferinternet.fr/	https://www.saferinternet.fr/parcours-cycle-4-et-lycee/
01/04/2020	Bonnes pratiques	Vérifier l'info en famille	Décryptage des fake news (fausses information)	clemi	https://www.clemi.fr/	https://www.clemi.fr/guide-famille-v2/apprendre-a-vos-enfants-a-sinformer/verifier-info-en-famille.html
01/04/2020	Sensibilisation	Fakenews ; de quoi parle-t-on ?	Les raisons de la multiplication des Fakenews	clemi	https://www.clemi.fr/	https://www.clemi.fr/guide-famille-v2/apprendre-a-vos-enfants-a-sinformer/fake-news-de-quoi-parle-t-on.html
01/04/2020	Bonnes pratiques	Quelle parent connecté êtes-vous ?	S'évaluer	clemi	https://www.clemi.fr/	https://www.clemi.fr/guide-famille-v2/maitriser-le-temps-dedie-aux-ecrans-en-famille/quiz-quel-parent-connecte-etes-vous.html
01/04/2020	Accompagnement	Gérer le temps des enfants	La règle des 3-6-9-12 et la méthode des 4 pas	clemi	https://www.clemi.fr/	https://www.clemi.fr/guide-famille-v2/maitriser-le-temps-dedie-aux-ecrans-en-famille/gerer-le-temps-decran-des-enfants.html
01/04/2020	Accompagnement	objets connectés pour les tout-petits	Conseils	clemi	https://www.clemi.fr/	https://www.clemi.fr/guide-famille-v2/maitriser-le-temps-dedie-aux-ecrans-en-famille/au-dela-des-ecrans-lenieu-des-objets-connectes-pour-les-tout-petits.html
01/04/2020	Accompagnement	Écrans, l'urgence d'éduquer	Constats	clemi	https://www.clemi.fr/	https://www.clemi.fr/guide-famille-v2/maitriser-le-temps-dedie-aux-ecrans-en-famille/ecrans-lurgence-deducuer.html
01/04/2020	Bonnes pratiques	Detox numérique	Mode d'emploi	clemi	https://www.clemi.fr/	https://www.clemi.fr/guide-famille-v2/maitriser-le-temps-dedie-aux-ecrans-en-famille/mode-demploi-pour-une-detox-digitale.html
01/04/2020	Accompagnement	Trousse de secours en cas d'accidents d'images	Quelques conseils d'expert	clemi	https://www.clemi.fr/	https://www.clemi.fr/guide-famille-v2/proteger-vos-enfants-des-images-violentes/trousse-de-secours-en-cas-daccidents-dimages.html
01/04/2020	Accompagnement	Les contenus inappropriés	Comment protéger vos enfants	clemi	https://www.clemi.fr/	https://www.clemi.fr/guide-famille-v2/proteger-vos-enfants-des-images-violentes/comment-proteger-vos-enfants-des-contenus-inappropriés.html
01/04/2020	Accompagnement	Violence et jeux vidéo	Quelques conseils pour adapter son attitude	clemi	https://www.clemi.fr/	https://www.clemi.fr/guide-famille-v2/proteger-vos-enfants-des-images-violentes/violence-et-jeux-video-quelle-attitude-adopter.html
01/04/2020	Accompagnement	Écrans et violences	Comment protéger	clemi	https://www.clemi.fr/	https://www.clemi.fr/guide-famille-v2/proteger-vos-enfants-des-images-violentes/ecrans-et-violences.html
01/04/2020	Bonnes pratiques	L'éducation au numérique	Comprendre, accompagner le numérique et éviter les fakenews	clemi	https://www.clemi.fr/	https://www.clemi.fr/guide-famille-v2/sengager-et-simpliquer-en-tant-que-parents/leducation-aux-medias-ce-est-pas-qua-lecole.html
01/04/2020	Bonnes pratiques	Le decodex	Guide pour savoir à qui faire confiance sur internet	clemi	https://www.clemi.fr/	https://www.clemi.fr/guide-famille/guide-pratique-la-famille-tout-ecran/apprendre-a-vis-enfants-a-sinformer/le-decodex-guide-pour-savoir-a-qui-faire-confiance-sur-
01/04/2020	Sensibilisation	Les enfants, cibles des publicitaires	Comprendre	clemi	https://www.clemi.fr/	https://www.clemi.fr/guide-famille/guide-pratique-la-famille-tout-ecran/apprendre-a-vis-enfants-a-sinformer/les-enfants-cibles-privilegies-des-publicitaires.html
01/04/2020	Bonnes pratiques	Hackons nos enfants eux en famille	Créer du lien avec eux	clemi	https://www.clemi.fr/	https://www.clemi.fr/guide-famille/guide-pratique-la-famille-tout-ecran/conseiller-les-ados-sur-les-reseaux-sociaux/hackons-nos-enfants-ou-lart-de-la-bidouille-en-famille.html
01/04/2020	Accompagnement	Bien conseiller son ado sur les réseaux sociaux	Astuces et mises en garde	clemi	https://www.clemi.fr/	https://www.clemi.fr/guide-famille/guide-pratique-la-famille-tout-ecran/conseiller-les-ados-sur-les-reseaux-sociaux/bien-conseiller-son-ado-sur-les-reseaux-sociaux.html

01/04/2020	Bonnes pratiques	Charte de confiance de la famille tout-écran	Les 10 règles d'or	clemi	https://www.clemi.fr/	https://www.clemi.fr/guide-famille/guide-pratique-la-famille-tout-ecran/conseiller-les-ados-sur-les-reseaux-sociaux/la-charte-de-confiance-de-la-famille-tout-ecran-10-regles-https://www.clemi.fr/guide-famille/guide-pratique-la-famille-tout-ecran/conseiller-les-ados-sur-les-reseaux-sociaux/reste-net-sur-le-web.html
01/04/2020	Bonnes pratiques	Reste net sur le web	Les conseils de la CNIL	clemi	https://www.clemi.fr/	https://www.clemi.fr/guide-famille/guide-pratique-la-famille-tout-ecran/conseiller-les-ados-sur-les-reseaux-sociaux/reste-net-sur-le-web.html
01/04/2020	Accompagnement	Comment adapter le visionnage à l'âge de l'enfant	Les conseils par âges	clemi	https://www.clemi.fr/	https://www.clemi.fr/guide-famille/guide-pratique-la-famille-tout-ecran/proteger-les-enfants-des-images-violentes/comment-adapter-le-visionnage-a-lage-de-lenfant.html
01/04/2020	Accompagnement	Gérer le temps des écrans	Les conseils des experts	clemi	https://www.clemi.fr/	https://www.clemi.fr/guide-famille/guide-pratique-la-famille-tout-ecran/gerer-le-temps-des-ecrans/que-retenir-des-conseils-des-experts.html
01/04/2020	Accompagnement	Vive les écrans actifs	L'avis d'une maman qui partage le écran avec ses enfants	clemi	https://www.clemi.fr/	https://www.clemi.fr/guide-famille/guide-pratique-la-famille-tout-ecran/gerer-le-temps-des-ecrans/vive-les-ecrans-actifs.html
01/04/2020	Sensibilisation	L'éducation familiale aux écrans	Développer l'éducation aux médias numérique aux parent	clemi	https://www.clemi.fr/	https://www.clemi.fr/guide-famille/guide-pratique-la-famille-tout-ecran/simplifier-dans-leducation-aux-medias-et-a-linfo/leducation-familiale-aux-ecrans.html
01/04/2020	Sensibilisation	Trouver sa place à l'air du numérique	Soutien aux parents : UNAF	clemi	https://www.clemi.fr/	https://www.clemi.fr/guide-famille/guide-pratique-la-famille-tout-ecran/simplifier-dans-leducation-aux-medias-et-a-linfo/trouver-sa-place-de-parent-a-lheure-du-https://www.clemi.fr/guide-famille/guide-pratique-la-famille-tout-ecran/simplifier-dans-leducation-aux-medias-et-a-linfo/leducation-aux-medias-ce-nest-pas-qua-https://www.clemi.fr/guide-famille/guide-pratique-la-famille-tout-ecran/simplifier-dans-leducation-aux-medias-et-a-linfo/a-la-rencontre-des-promeneurs-du-net.html
01/04/2020	Sensibilisation	L'éducation aux médias pas qu'à l'écoles	Former les citoyens critiques et autonomes	clemi	https://www.clemi.fr/	https://www.clemi.fr/guide-famille/guide-pratique-la-famille-tout-ecran/simplifier-dans-leducation-aux-medias-et-a-linfo/leducation-aux-medias-ce-nest-pas-qua-https://www.clemi.fr/guide-famille/guide-pratique-la-famille-tout-ecran/simplifier-dans-leducation-aux-medias-et-a-linfo/a-la-rencontre-des-promeneurs-du-net.html
01/04/2020	Accompagnement	A la rencontre des promeneurs de net	Le Promeneur écoute, informe, accompagne, conseille et prévient	clemi	https://www.clemi.fr/	https://www.clemi.fr/guide-famille/guide-pratique-la-famille-tout-ecran/simplifier-dans-leducation-aux-medias-et-a-linfo/a-la-rencontre-des-promeneurs-du-net.html
12/03/2020	Bonnes pratiques	[GUIDE] Le bien-être numérique en famille	Guide de conseils autour de la famille et des écrans	monenfantetlescreens	https://www.mon-enfant-et-les-ecrans.fr/	https://www.mon-enfant-et-les-ecrans.fr/wp-content/uploads/2019/10/livretfamilleetecrans.pdf
01/12/2019	Sexualité	L'impact du numérique sur la vie intime et amoureuse des adolescents	Comment les jeunes intègrent le web dans leurs relations à l'autre	parents07	http://www.parents07.org	http://www.parents07.org/images/fiche_parents_vie_intime_des_jeunes_vf.pdf
22/11/2019	Accompagnement	Accompagnement et sensibilisation des jeunes	Supports pour accompagner les plus jeunes selon leur tranche d'âge	Cybermalveillance	https://www.cybermalveillance.gouv.fr	https://www.cybermalveillance.gouv.fr/tous-nos-contenus/actualites/dossier-accompagnement-sensibilisation-des-jeunes
01/04/2019	Bonnes pratiques	L'enfant, l'adolescent, la famille et les écrans - Appel à une vigilance raisonnée sur les	Appel commun de l'Académie des sciences, l'Académie nationale de médecine et de l'Académie des technologies	Académie des sciences	https://www.academie-sciences.fr/fr/	https://www.academie-sciences.fr/pdf/rapport/appel_090419.pdf
07/05/2015	Bonnes pratiques	10 conseils pour rester net sur le web	Conseils de bonnes pratiques sur Internet	Martin Vidberg	https://www.cnil.fr/fr	https://www.cnil.fr/sites/default/files/atoms/files/10_conseils_pour_rester_net_sur_le_web_-_a2.pdf
2018	Accompagnement	Les As du Web	Cahier de vacances de découverte de la sécurité numérique pour les enfants de 7 à 11 ans	ISSA France	https://securitytuesday.com/	https://securitytuesday.com/secnum777/
	Bonnes pratiques	JEUX VIDÉO INFO PARENTS	Espace unique de conseils entièrement dédiés à la pratique de tous les jeux vidéo	e-Enfance	https://www.e-enfance.org/	https://www.e-enfance.org/jeux-video-info-parents
	Bonnes pratiques	RECONNAÎTRE LES FAKE NEWS	Conseils pour reconnaître des fake news	e-Enfance	https://www.e-enfance.org/	https://www.e-enfance.org/reconnaitre-fake-news
	Bonnes pratiques	CYBER HARCÈLEMENT ET CYBERVIOLENCES	Guides et autres outils pour aider à lutter contre le cyber-harcèlement et le harcèlement à l'école	e-Enfance	https://www.e-enfance.org/	https://www.e-enfance.org/cyber-harcelement
	Bonnes pratiques	LES RISQUES SUR INTERNET	Conseils lorsque l'on va sur le net	e-Enfance	https://www.e-enfance.org/	https://www.e-enfance.org/les-risques-sur-internet
	Bonnes pratiques	[Campagne] Maîtrisons les écrans : La campagne 3-6-9-12 donne des repères	Repères pour adapter la consommation des écrans à l'âge de l'enfant	Ministère de la Fédération Wallonie-Bruxelles	https://www.yapaka.be/	https://www.yapaka.be/ecrans
	Bonnes pratiques	[Livre] Grandir avec les écrans "La règle 3-6-9-12"	Livre de Serge Tisseron: Grandir avec les écrans "La règle 3-6-9-12"	Ministère de la Fédération Wallonie-Bruxelles	https://www.yapaka.be/	https://www.yapaka.be/livre/livre-grandir-avec-les-ecrans-la-regle-3-6-9-12