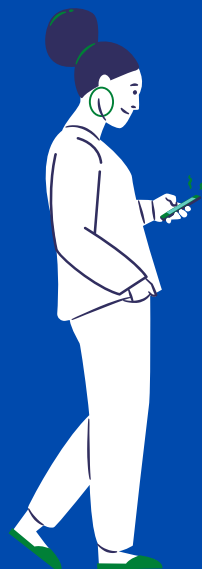
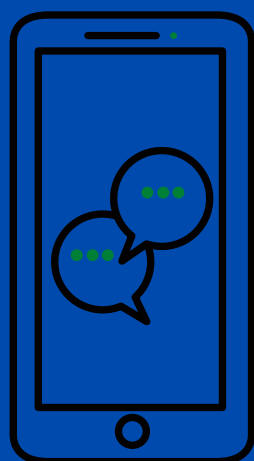


# OUTILS D'AIDE À L'UTILISATION DES ÉCRANS À DESTINATION DES PARENTS



L'UTILISATION PAR LES JEUNES DES ÉCRANS EN GÉNÉRAL ET DES SMARTPHONES EN PARTICULIER EST DEVENUE UNE PRÉOCCUPATION MAJEURE DES PARENTS. EN DÉCLINAISON DE NOTRE THÈME D'ANNÉE "FRATERNITÉ 2.0", NOUS VOUS PARTAGEONS ICI DES CONSEILS PRATIQUES, DES SUGGESTIONS ET DES ÉLÉMENTS DE RÉFLEXION SUR CE SUJET.

## PRIVILÉGIER LE DIALOGUE



A partir d'un certain âge, bannir le smartphone n'est pas la solution dans la mesure où il s'agit d'un outil d'intégration sociale à l'adolescence et que, pour marquer leur indépendance, les jeunes ont tendance à transgresser les interdits. Plutôt que d'interdire l'usage du smartphone, les parents ont tout intérêt à privilégier le dialogue. Ensuite, des règles claires peuvent être fixées en partenariat avec l'adolescent. Quant à lui, Stéphane Blocquaux (Docteur en sciences de l'information et de la communication) qui est intervenu à plusieurs reprises au Bon Sauveur, affirme "qu'il faut choisir le bon moment pour donner le 1er portable à son enfant". Ainsi selon lui il n'est pas nécessaire pour un collégien d'avoir un portable et que si ce dernier en est équipé, la 5G et le code d'accès sont à éviter.

## QUELQUES OUTILS À METTRE EN PLACE

Installer une corbeille pour recueillir les smartphones de tous les membres de la famille la nuit, loin des chambres.

**LE COUVRE FEU NUMÉRIQUE !**

**ICI : INTERDIT AUX ÉCRANS**

Instaurer des zones sans écrans à la maison (à table, dans sa chambre) et pourquoi pas une journée par semaine sans smartphone pour toute la famille.

**LIMITER L'UTILISATION**

Mettre en place des plages horaires autorisées et temps de connexion quotidien adapté.

**LA MISE EN VEILLE**

Etre vigilant pour qu'aucun écran ne soit allumé et ou utilisé 1h avant le coucher, afin de faciliter l'endormissement et d'améliorer la qualité du sommeil.

## ENCADRER L'UTILISATION



Sur Iphone, un simple code permet d'encadrer le téléphone de son enfant :

1. Accédez à "Réglages" > "Temps d'écran"
2. Touchez "Restrictions relatives au contenu et à la confidentialité"
3. Saisissez votre code de "Temps d'écran"
4. Touchez "Applications autorisées"
5. Sélectionnez les applications que vous souhaitez autoriser

[Plus d'information](#)



Sur Android, Family Link offre des fonctionnalités similaires :

1. "Paramètres", puis "Bien être numérique & contrôle parental / Configurer le contrôle parental" pour installer Family Link (à la fois sur le téléphone de l'enfant et du parent)
2. Family Link va notamment permettre de désinstaller les applications souhaitées (y compris Google Chrome) et de conditionner l'accès du Google Store

[Plus d'information](#)

## LE CONTRÔLE PARENTAL

### TOP 3 des meilleurs logiciels

- [Witigo Parental Filter](#)
- [Xooloo contrôle parental](#)
- [F-Secure safe](#)

### Applis sur smartphones

- [Qustodio](#)
- [Famisafe](#)

« Pas de télé avant 3 ans, pas de console de jeu personnelle avant 6 ans, Internet après 9 ans et les réseaux sociaux après 12 ans. »

Balises [3-6-9-12.org](http://3-6-9-12.org)

initiées par le psychiatre Serge Tisseron

### L'EXEMPLARITÉ

Vous êtes les acteurs les plus influents de vos enfants !

**Pensez-y !**

### Connaissez vous SafeSearch ?

Lorsque la fonctionnalité SafeSearch est activée, elle filtre les images, vidéos et sites web explicites dans les résultats de recherche Google. [Plus d'information](#)

## POUR ALLER PLUS LOIN...



Tutoriel pour mettre en place le paramétrage minimum de google, youtube, etc... [Plus d'information](#)



- Guide pratique "La famille Tout-Écran"**
- Apprendre à vos enfants à s'informer
  - Conseiller vos enfants sur l'usage des réseaux sociaux
  - Maîtriser en famille le temps dédié aux écrans
  - Protéger vos enfants des images violentes
  - S'engager et s'impliquer en tant que parents

[Guide "La Famille Tout-Écran" \(à télécharger\)](#)



Un court métrage nous plonge dans le portable d'une adolescente de 15 ans : "INFLUENCEUSE". [Voir ce film](#)



Mailo Junior est une messagerie électronique pour les 6-14 ans. Une vraie adresse mail comme les grands mais dans un environnement adapté et sécurisé. [Plus d'information](#)



Bien paramétrer ses comptes sur les réseaux sociaux. [Plus d'information](#)



Le numérique responsable, ça s'apprend ! La CNIL, le CSA, le Défenseur des droits et l'Hadopi ont créé un kit pédagogique. [Plus d'information](#)