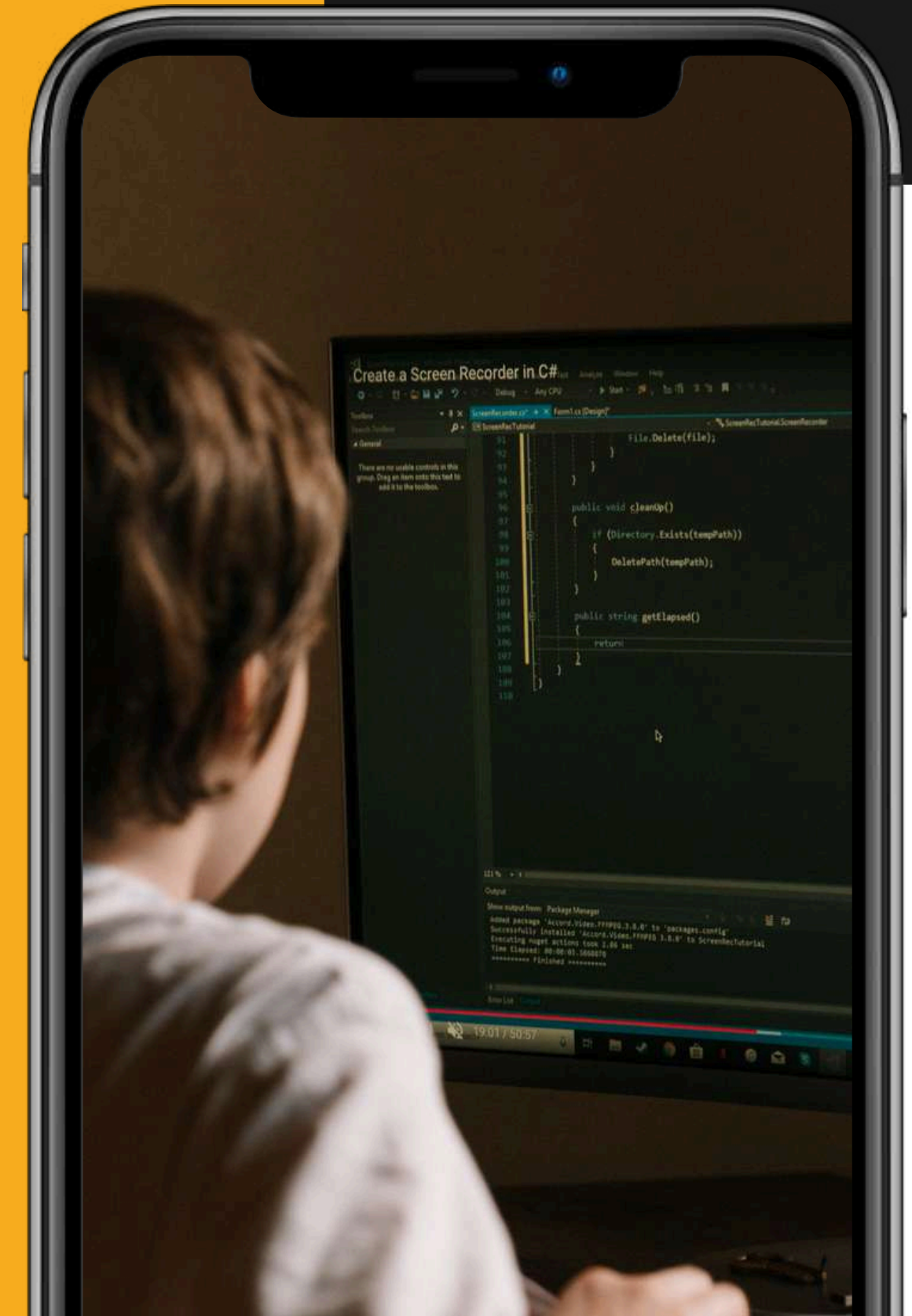


# "Ecrans, les réseaux sociaux et nos ados, parlons-en !"



**"90% des collégiens m'avouent que la première cause de dispute à la maison sont les «écrans »".**

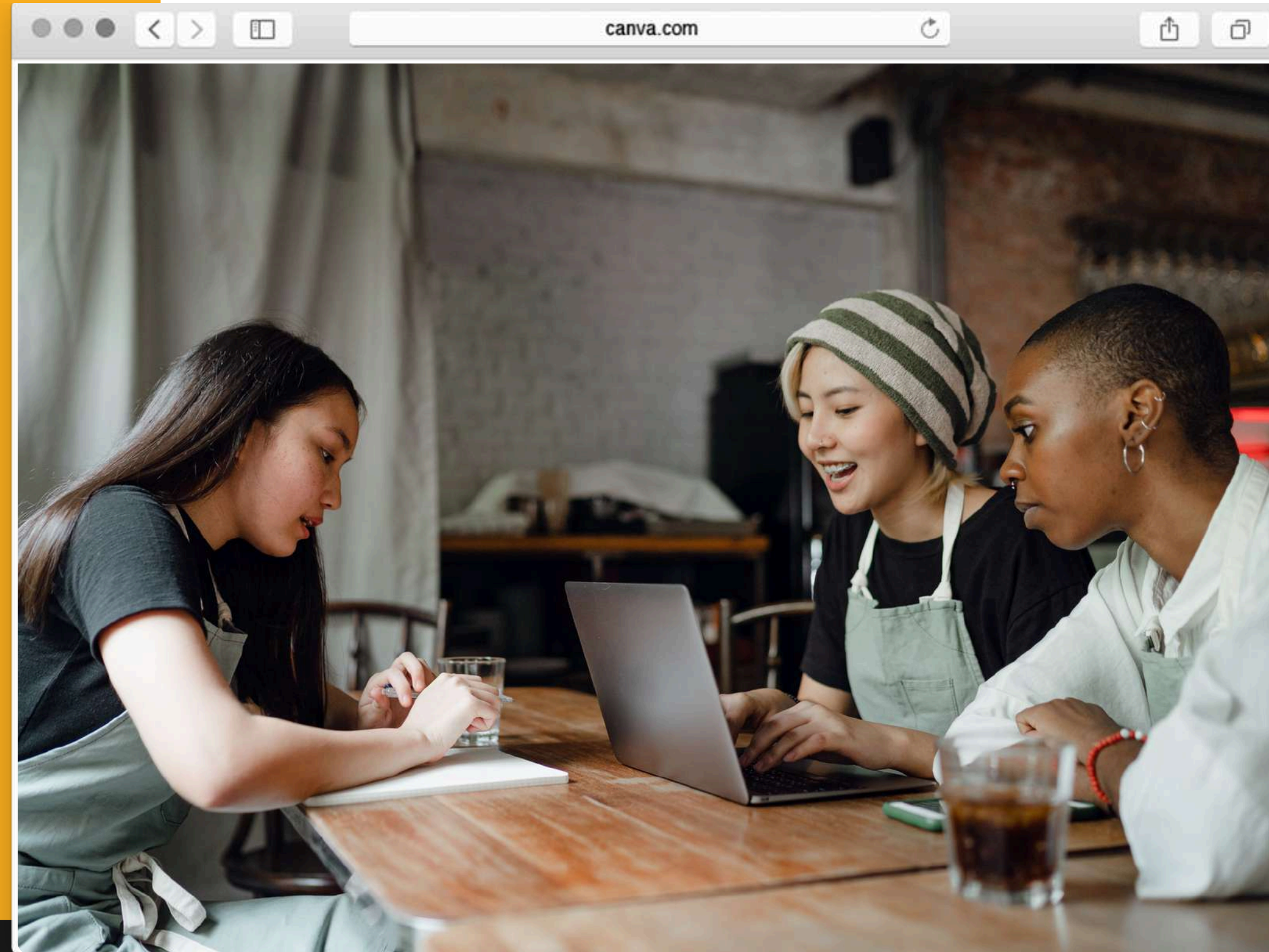
**"la première chose qu'un adulte fait en se levant est de vérifier son portable"**

**"Nos foyers sont remplis d'écrans. En moyenne, dans les foyers, il y a entre 6 à 9 écrans."**

**'Digital Natives' VS 'Digital Migrants' ou Digital Continuum Native ?**

**"L'autonomie des enfants a également été touchée par cette révolution numérique."**

**Quel est la plateforme numérique qui suscite le plus d'inquiétude chez les parents?**



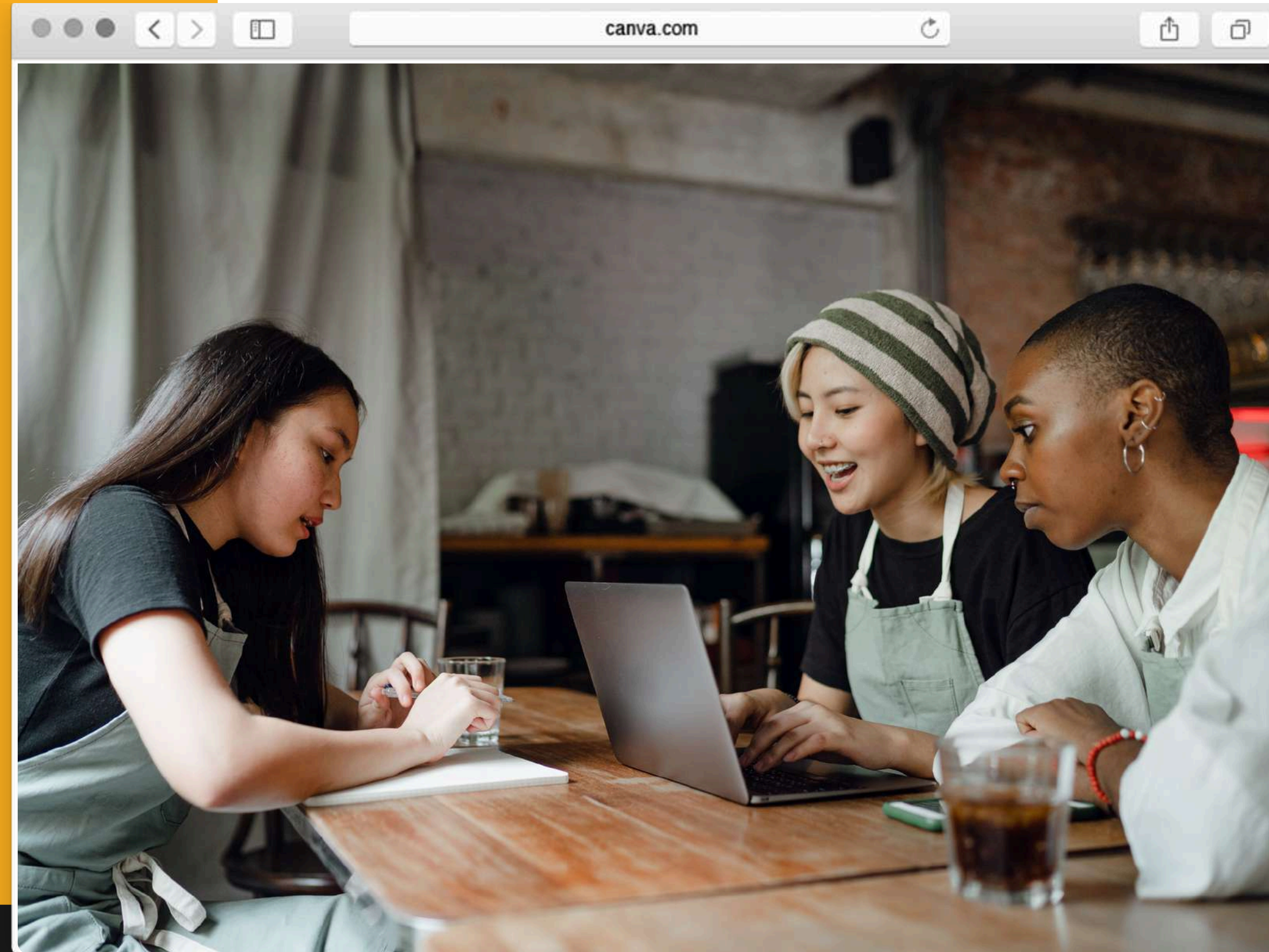


56%

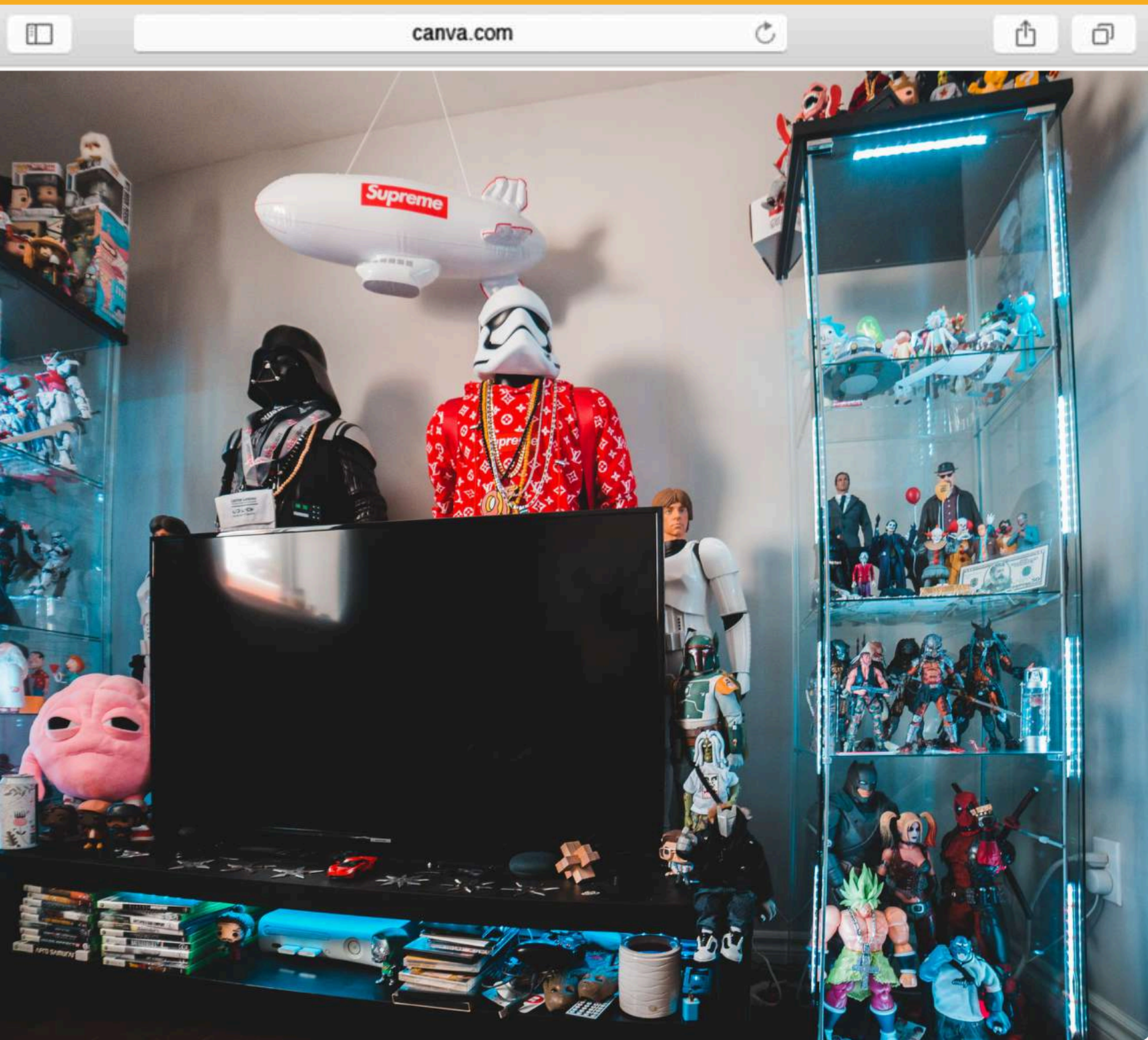
des parents estiment qu'Internet est à la fois un risque et une opportunité pour leurs enfants

**Pour vous et vos enfants :**

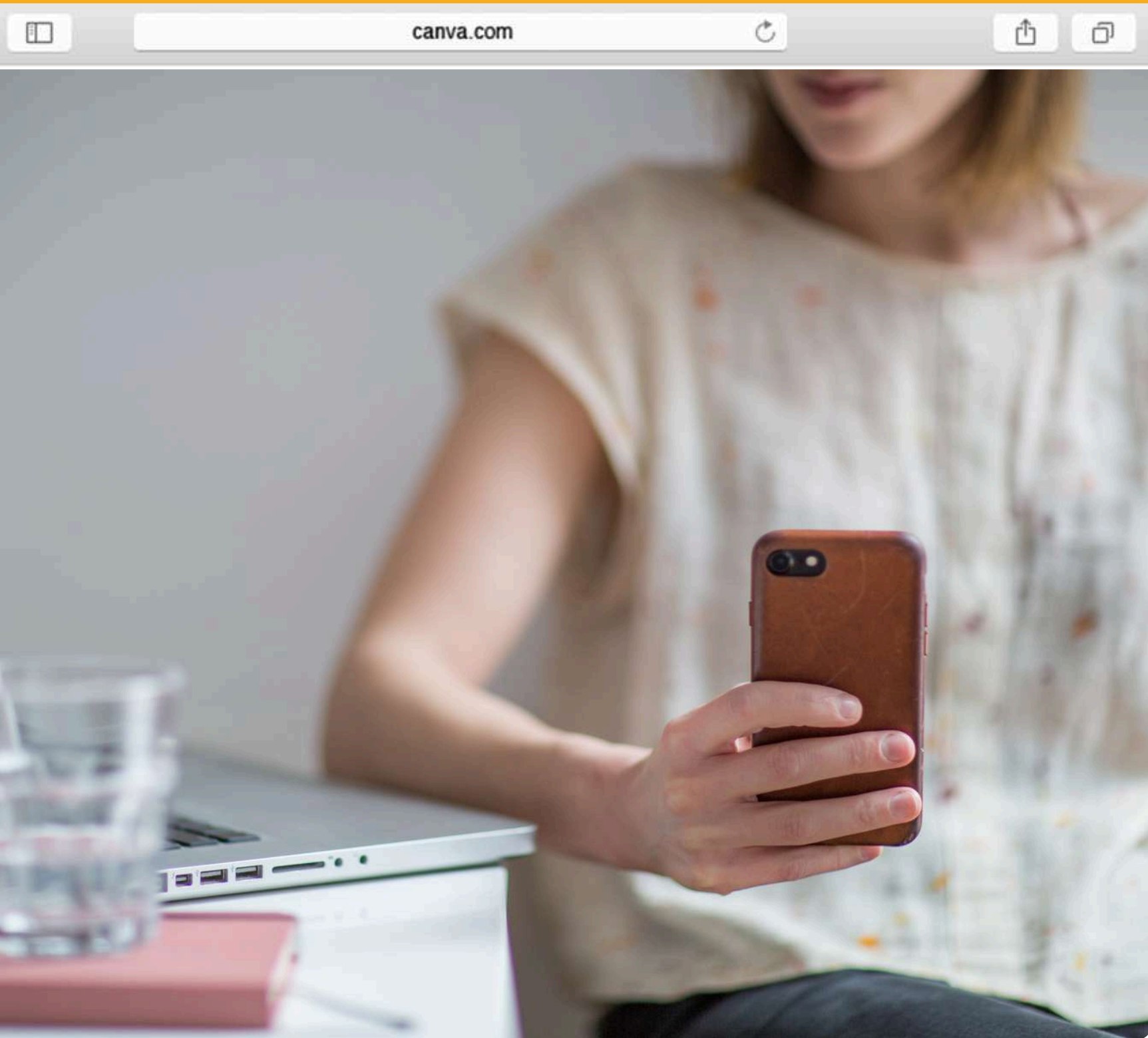
**Quels sont pour vous les principales opportunités et risques possibles avec les écrans?**







**Révolution industrielle,  
philosophique, culturelle...**



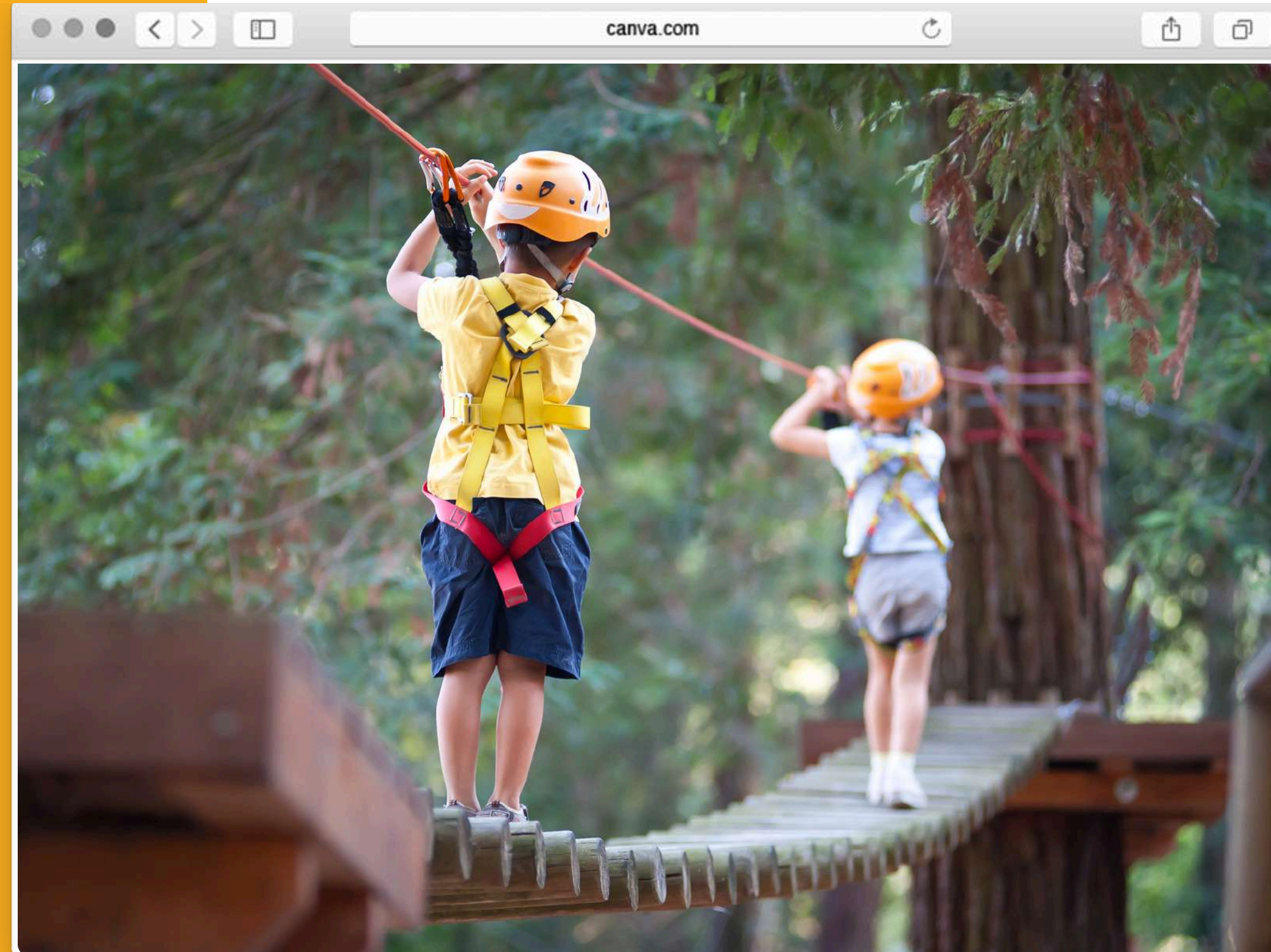
**jouons un peu**

**Citez moi un réseau social!**



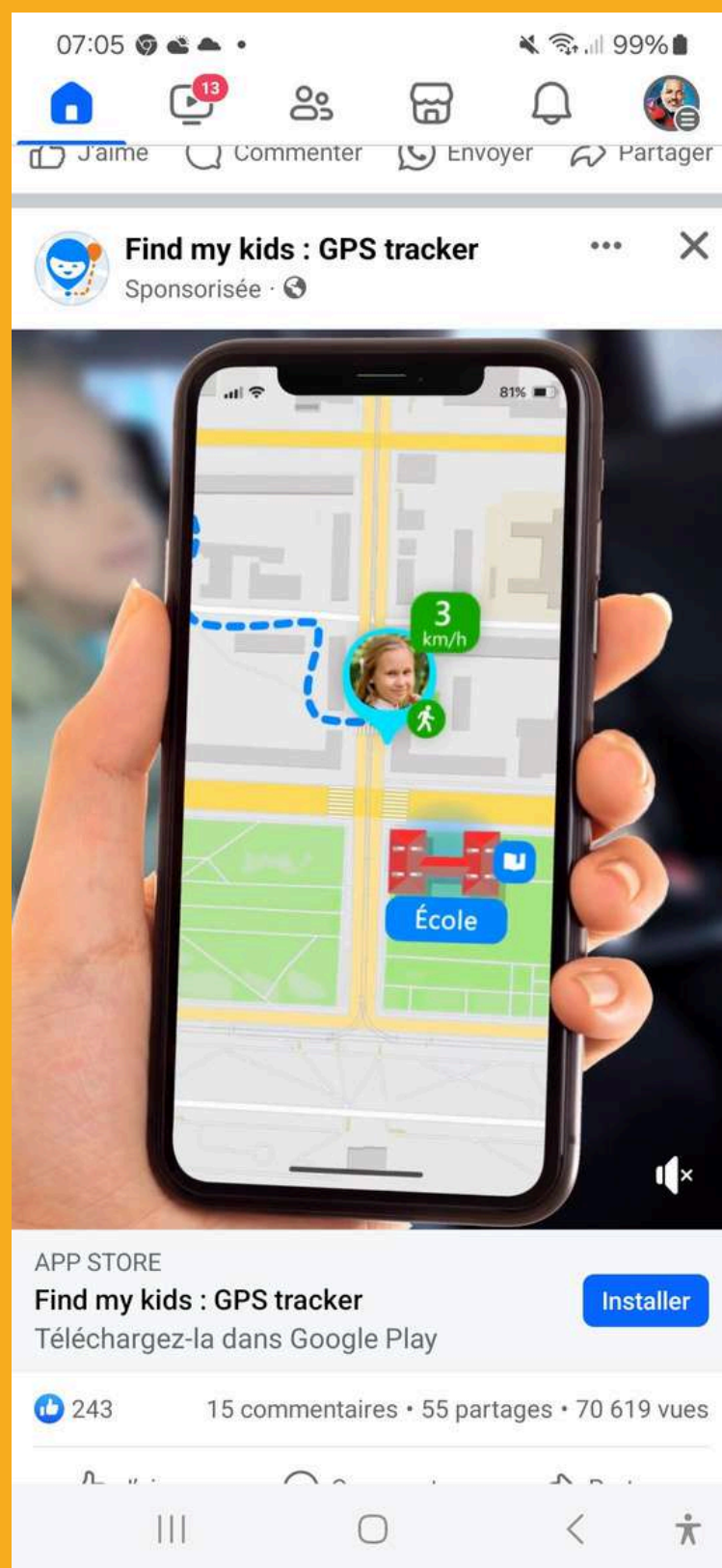


**Donnez moi le rayon d'action  
ou zone de liberté chez  
l'enfants (11 ans) en terme  
de mouvement "rayon en  
kilometres" aujourd'hui?**



**une étude britannique a montré qu'en une seule génération, la distance moyenne qu'un enfant  
était autorisé à se déplacer seul de chez lui a diminué de près de 90%.**





Quatre parents sur dix ont déjà utilisé un logiciel d'espionnage de leur enfant, selon une enquête Ipsos





**Ados et réseaux sociaux, et si on avait tout faux ?**

**LUNDI 27 FÉVRIER – 12 H 15**

**Ados et réseaux sociaux :  
Et si on avait tout faux ?**

Avec Béatrice Kam... journaliste et autrice  
et Virginie Sassoon, directrice adjointe du CLEMI

Watch on **PARLONS PRATIQUES!**

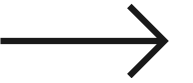
**extraclasse**

**Temps : 19.16-20.40**

**une étude britannique a montré qu'en une seule génération, la distance moyenne qu'un enfant était autorisé à se déplacer seul de chez lui a diminué de près de 90%.**



# Réel ou virtuel?



Réel

directe Concret Tangible  
Vécu  
Authentique Expérience  
Matériel  
Physique  
Présence Sensible Naturel

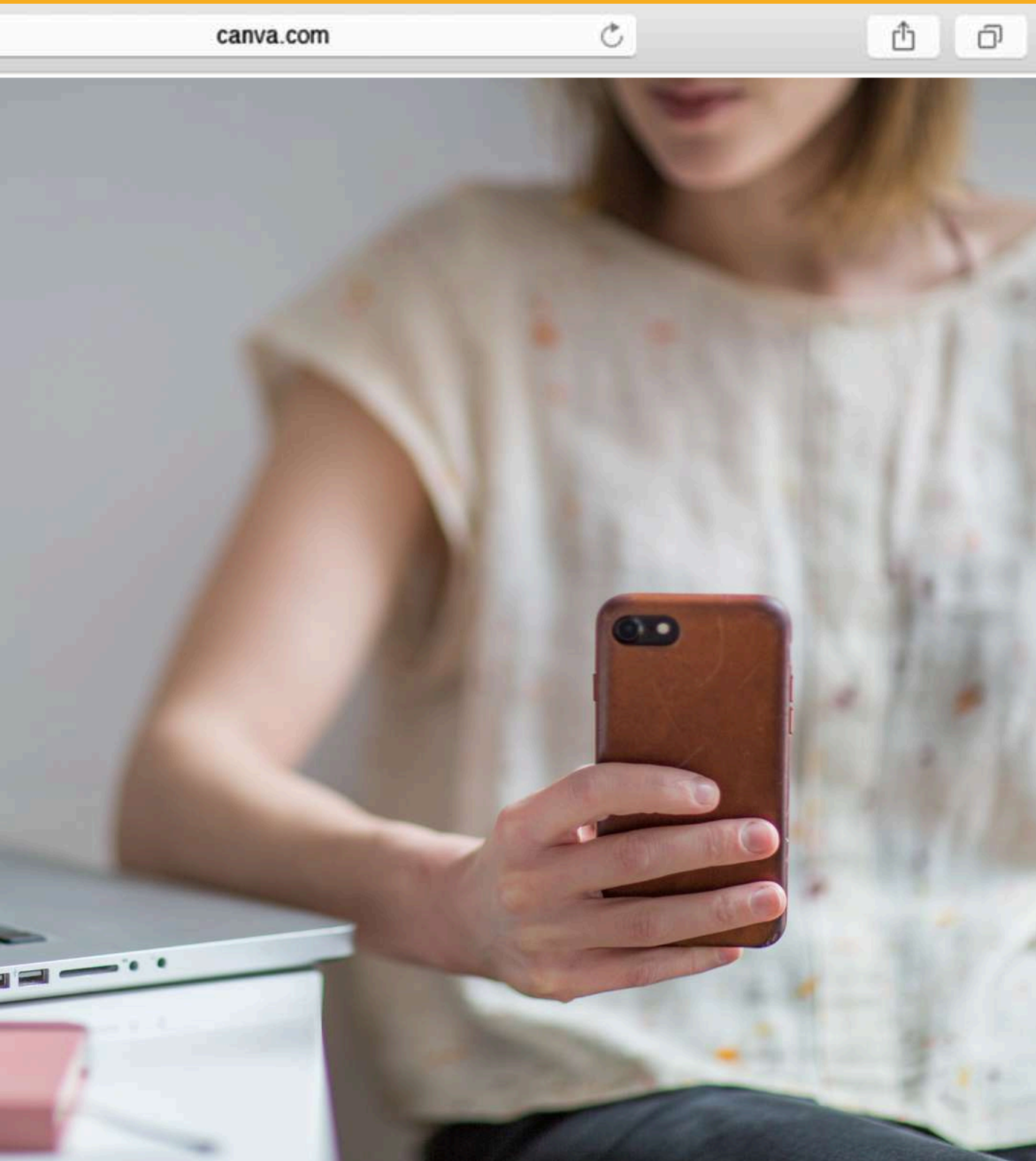
Virtuel

Cyberspace Immersif Simulé  
Avatar Interaction  
Réalité  
Numérique  
à Digital distance  
Artificiel virtuelle augmentée

Intersection Réel et Virtuel

Metaverse Technologie  
Life Interconnectivité  
Second Simulacre  
Interface  
Réalité  
virtuels mixte Mondes simulée





**jouons un peu**

**Sur 10**

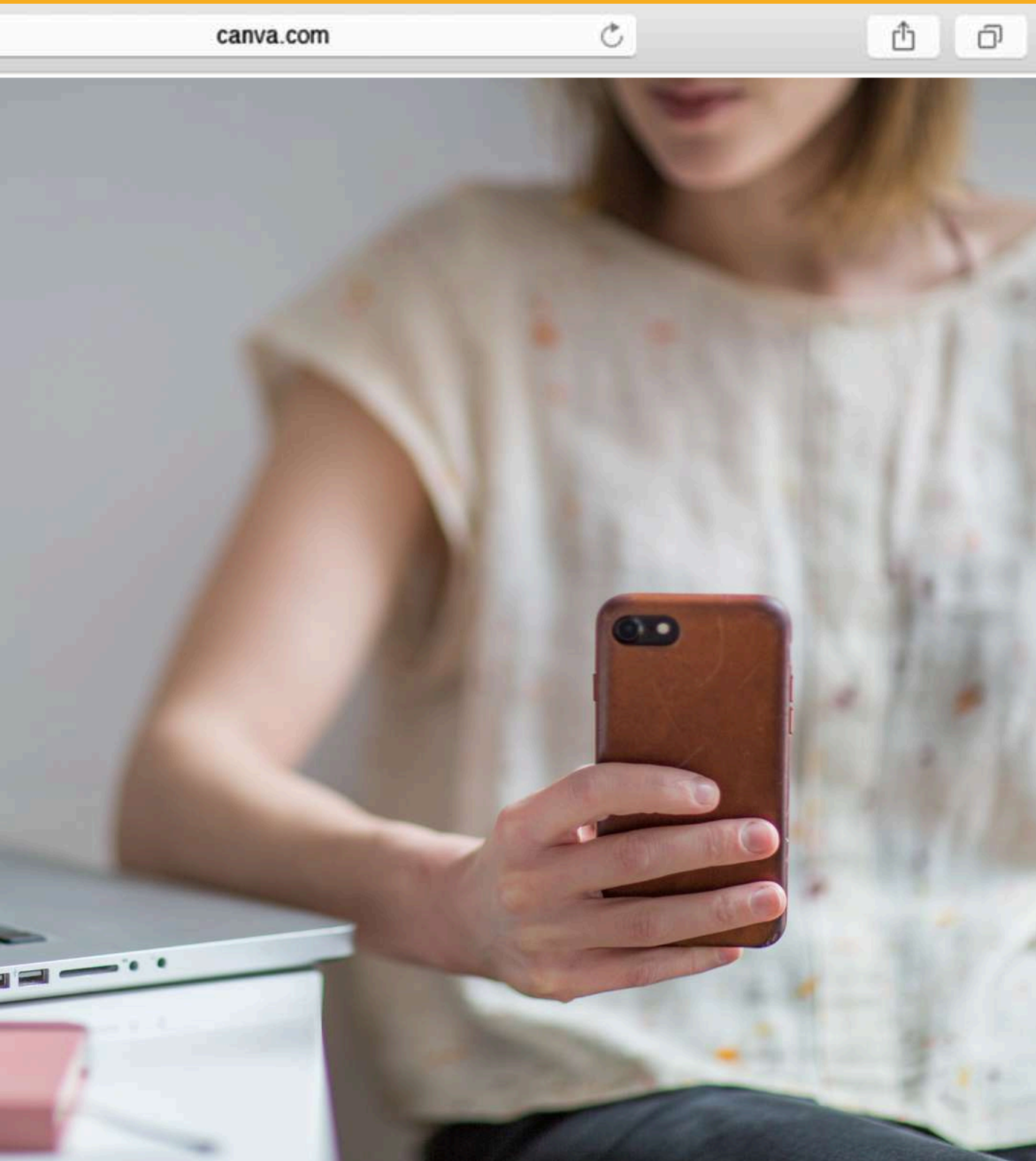
**Charge mentale familiale**

**Charge mentale professionnelle**

**Charge mentale émotionnelle**

**Total sur 30**





**jouons un peu**

**résultats**

**Charge légère : 0-10**

**Charge moyenne : 11-19**

**Charge forte : 20-30**

**Total sur 30**



# **La charge mentale globale impact notre temps de disponibilité et d'attention**



**Les injonctions sociales nous font culpabiliser.**

**Pouvez-vous en citer quelques une dans votre quotidien ?**

**Étude OPEN ASSO – 2023 : Gestion des écrans le week-end et les vacances**

**---> Les parents sont présents ou non occupés parviennent plus facilement à discerner la réalité des pratiques numériques de leurs enfants.**





DIRECT

Ados et réseaux sociaux, et si on avait tout faux ?

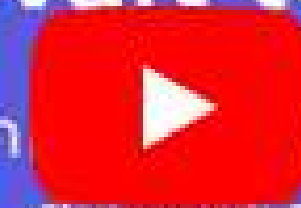


Share

LUNDI 27 FÉVRIER – 12 H 15

## Ados et réseaux sociaux : Et si on avait tout faux ?

Avec Béatrice Kam... Journaliste et autrice  
et Virginie Sassoon, directrice adjointe du CLEMI



Watch on



YouTube

PARLONS PRATIQUES !



extraclasse

**La question du  
temps d'écran**

Temps : 13.40-15.53

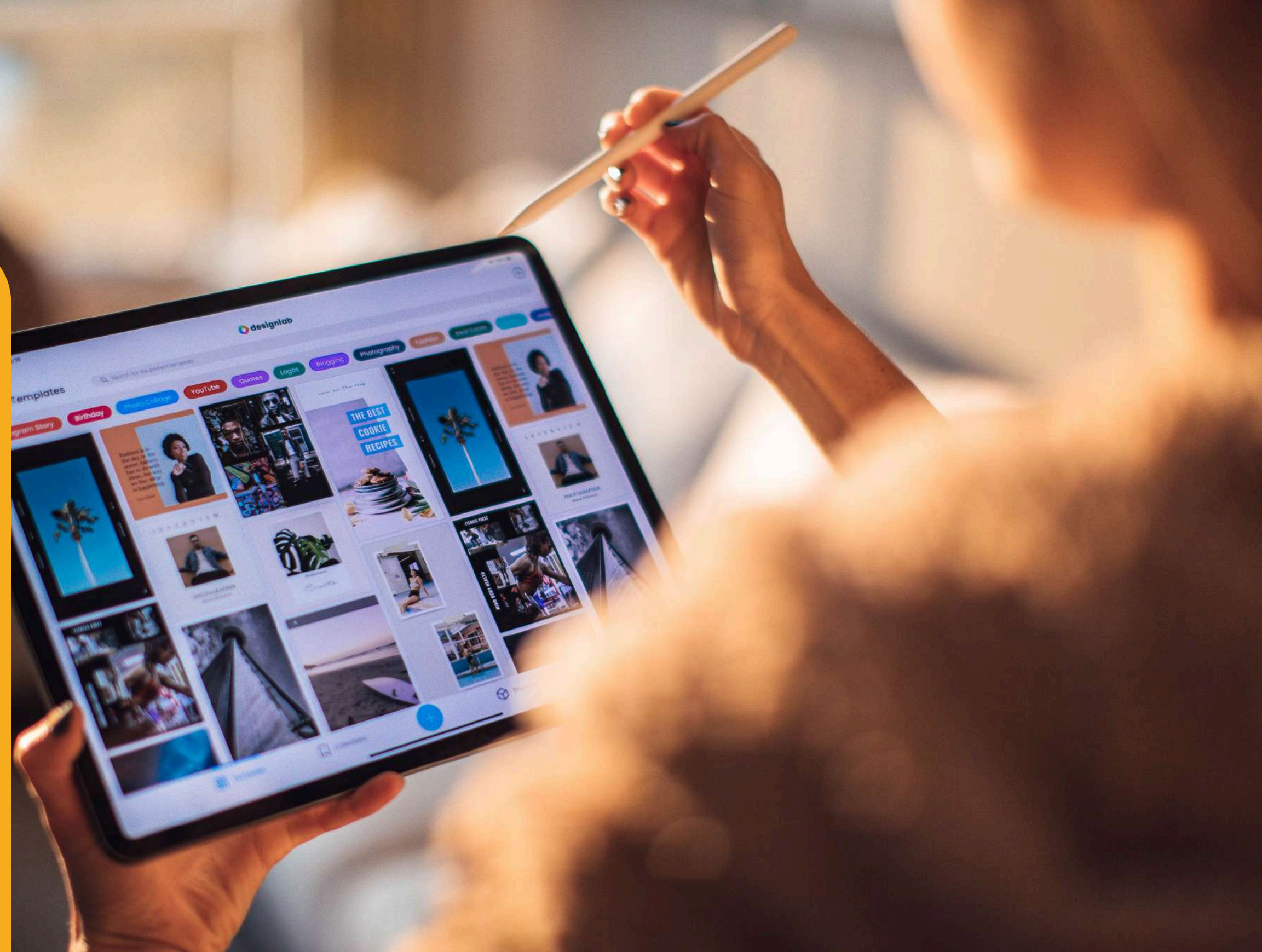


**Quel est  
l'écran le plus  
utilisé par  
votre enfant ?**





**Combien  
d'heures par  
jour votre  
enfant passe-  
t-il devant un  
écran ?**





# QUELQUES CHIFFRES

## « PARENTS, ENFANTS & NUMÉRIQUE »

PHOTOGRAPHIE DÉTAILLÉE DES COMPORTEMENTS ET PRATIQUES NUMÉRIQUES DES FAMILLES APRÈS LA CRISE SANITAIRE

**ENTRE  
23% ET 39%**

sous-estimation du  
temps passé par leurs  
enfants devant leurs  
écrans

**31% DES  
PARENTS  
&  
40% DES  
ENFANTS**

parents déclarent que  
leurs enfants ont été  
exposés à des  
contenus choquants  
(estimation/réel)

**Des parents qui ont de  
plus en plus de difficultés  
à accompagner leurs  
enfants en ligne**

**41% DES  
PARENTS**

peinent à montrer  
l'exemple en limitant  
leur propre temps  
d'écran (+13 points vs  
2019)

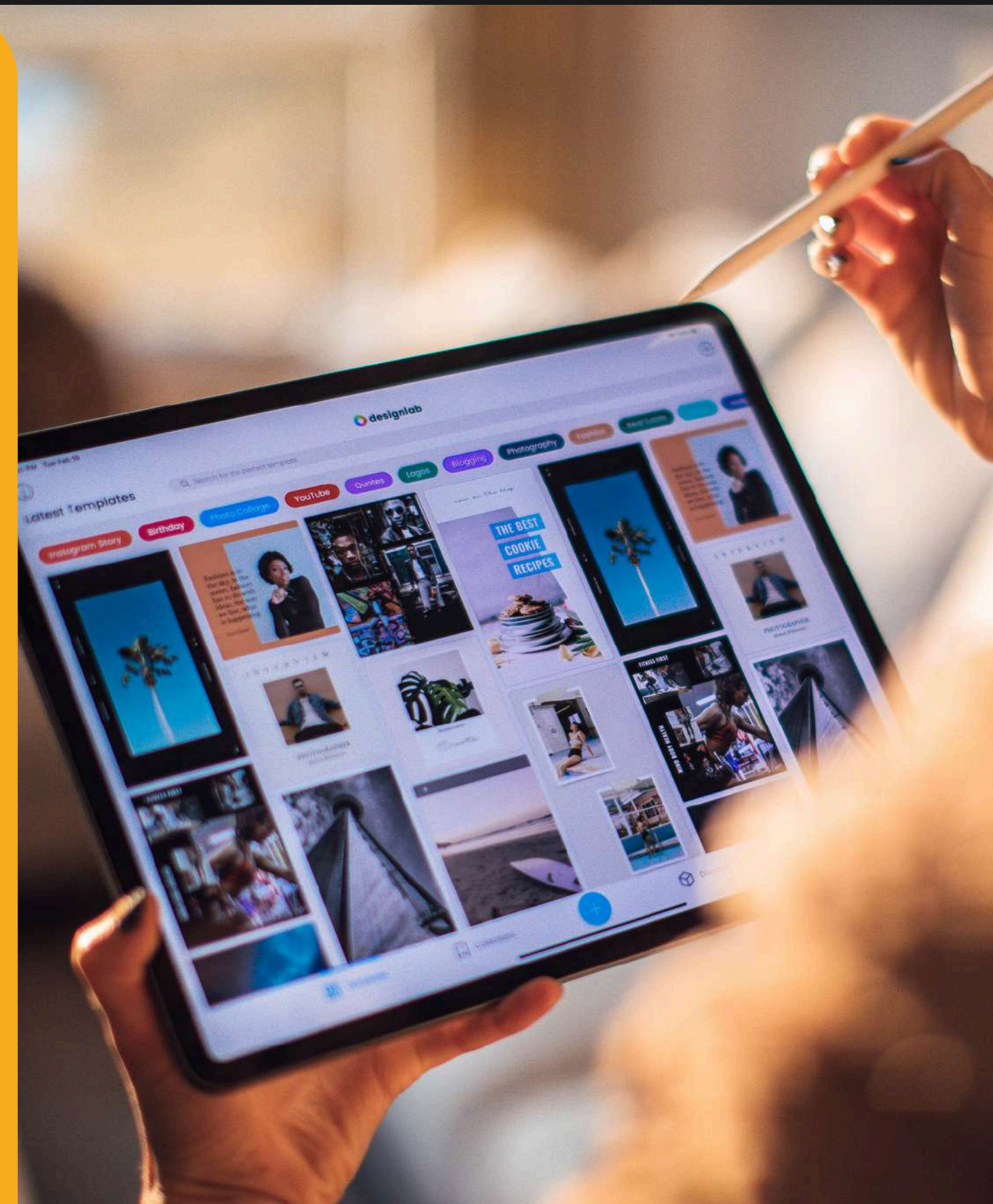
**42% DES  
PARENTS**

ont du mal à limiter le  
temps d'usage des  
écrans de leurs  
enfants (+7 points vs  
2019)

**Tendance à sous-estimer les risques réels  
auxquels leurs enfants ont déjà été exposés**

**Les 7-10 ans passent 3 fois plus de temps sur le smartphone  
que ce qu'imaginent leurs parents (37' vs 1h26)**

**Le contexte d'exposition est important car la relation varie selon les domaines de la cognition et est atténuée lorsque le cadre de vie familial est pris en compte.**





# **Déculpabilisons, une affaire de dosage :**



**GRÉGOIRE BORST - *CHERCHEUR AU CNRS***

**“L’UTILISATION D’INTERNET EN DESSOUS DE 2 HEURES PAR JOUR A DES EFFETS PROTECTEURS PAR  
EXEMPLE SUR LA DÉPRESSION”**

**LES 3 C : CONTENU, CONTENANT, CONTEXTE**

**NAWAL ABBOUB - DOCTEURE EN SCIENCES COGNITIVES ET EXPERTE DE L’APPRENTISSAGE**

**“PEU D’ÉTUDES CONCLUENT EN RÉALITÉ À DES EFFETS NÉFASTES. LES EFFETS VONT DÉPENDRE DU  
CONTENANT – À SAVOIR DES OUTILS NUMÉRIQUES UTILISÉS, DES CONTENUS BIEN ENTENDU, ET DU  
CONTEXTE, À SAVOIR SI L’ENFANT EST ACCOMPAGNÉ OU PAS DANS SON USAGE DES ÉCRANS ”**

**Quels types de  
contenus votre  
enfant regarde-t-il  
principalement ?**





# 1- A QUOI NOUS SERVENT LES ÉCRANS ?

Des parents souvent perdus quant à la réalité des activités de leurs enfants

**Visionnage vidéos courtes** 66%

**Regarder des films** 74%

**Series TV** 59%

**Profils réseaux sociaux numériques (7-14ans)** 2,5-4

**0-2 ans qui regardent**

- **Vidéos courtes** 26%

- **Séries** 24%

- **Films** 22%

**Quels types de contenus votre enfant regarde-t-il principalement ?**



**Quels Impacts des réseaux sociaux sur le bien-être des jeunes ?**





# Impacts des écrans : de quoi parle-t'on ?

## DÉVELOPPEMENT DE L'ESTIME DE SOI ET RAPPORT AU(X) CORPS

**3 Fois +** : 63% des filles qui passent plus de 2 h/jour sur les réseaux sociaux se trouvent laides (honte apparence)

Passer trop de **temps** sur les réseaux sociaux fait baisser l'**estime de soi**

**10,4 ans** : moyenne d'âge d'utilisation du premier filtre pour modifier l'apparence

**1/5 photos non retouchées**

Centre for Appearance Research de l'Université de l'Ouest de l'Angleterre  
le projet Dove pour l'estime de soi



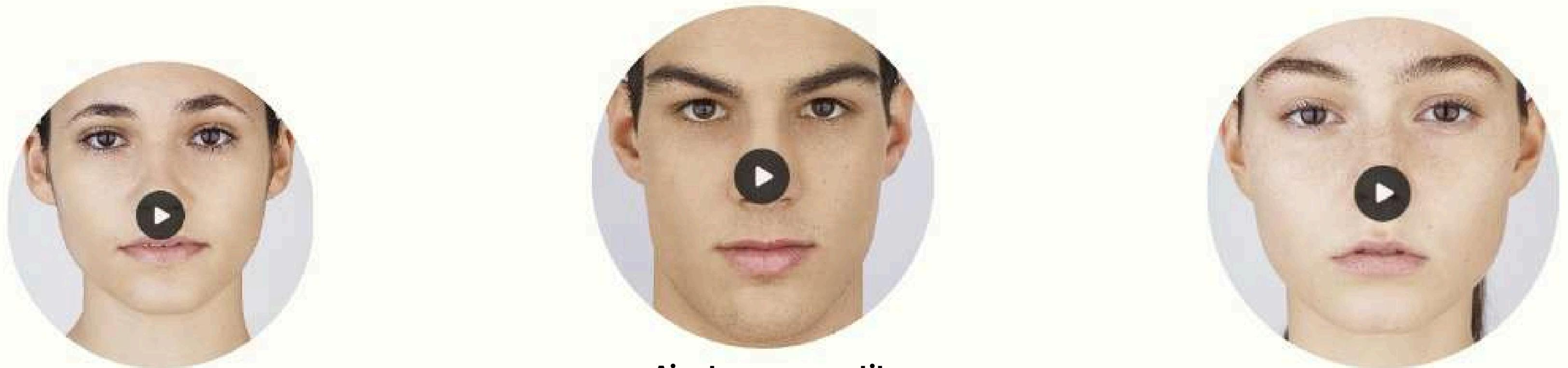
# Impacts des écrans : de quoi parle-t'on ?

## DÉVELOPPEMENT DE L'ESTIME DE SOI ET RAPPORT AU(X) CORPS

### EXEMPLE

Dans un nouveau **projet** révélateur intitulé **Selfie Harm**, Rankin a photographié 15 adolescents et leur a ensuite remis l'image pour les éditer, les ajuster et les filtrer jusqu'à ce qu'ils sentent que leur image était « prête les médias sociaux ».

En seulement 5 minutes et en utilisant l'une des milliers d'applications disponibles gratuitement sur n'importe quel téléphone intelligent, ils avaient la liberté de changer leurs propres images et de montrer ce qui peut être fait à la pression de quelques boutons. Les images modifiées nous donnent un aperçu unique de leur vision personnelle de la « perfection », nous montrant à quel point il est terriblement facile de créer une nouvelle version améliorée de vous-même.



Ajouter un sous-titre

<http://www.visualdiet.co.uk/selfie-harm/>



## TOP 3 des RSN

1. Distorsion de la réalité
2. Normalisation de l'idéal de beauté
3. Effet sur l'estime de soi
4. Impact psychologique
5. Comparaison sociale



**Votre enfant  
utilise-t-il des  
appareils  
électroniques  
pendant les  
repas ou avant  
de se coucher ?**


**L'effet FOMO et  
la crise de  
Nomophobie**





**Acronyme de « Fear of missing out » : traduit l'anxiété qui pousse de nombreuses personnes à rester connectées en permanence pour ne pas risquer de manquer un événement.**





**Nomophobe : quelqu'un qui ne peut se passer de son téléphone portable et éprouve une peur excessive à l'idée d'en être séparé ou de ne pouvoir s'en servir.**

**Pour les deux éléments : la peur sous-jacente d'être isolé du groupe**  
**Besoin : sociabilisation accrue à cette période du développement**



**Votre enfant a-t-il déjà été exposé à des contenus inappropriés en ligne ?**





**40% des enfants  
déclarent que  
leurs enfants ont  
été exposés à  
des contenus  
choquants  
(7-14 ans)**





**Comment gérez-vous les disputes qui surgissent à la maison à cause des écrans ?**



**D'accord ou pas d'accord ?**

**1/2 Parent (46%)  
ne se sent pas ou pas  
suffisamment  
accompagné pour  
réguler la consommation  
des  
écrans par ses enfants**

 DIRECT Ados et réseaux sociaux, et si on avait tout faux ?  Share

**LUNDI 27 FÉVRIER – 12 H 15**

**Ados et réseaux sociaux :  
Et si on avait tout faux ?**

Avec Béatrice Kam  Journaliste et autrice  
et Virginie Sassoon, directrice adjointe du CLEMI

Watch on  YouTube **PARLONS PRATIQUES !**  extraclasse

Temps : 18.26 -18.58





**Avez-vous  
remarqué des  
changements dans  
le comportement de  
votre enfant qui  
pourraient être liés à  
l'utilisation des  
écrans ?**

 **DIRECT** Ados et réseaux sociaux, et si on avait tout faux ?  Share

**LUNDI 27 FÉVRIER – 12 H 15**

# Ados et réseaux sociaux : Et si on avait tout faux ?

Avec Béatrice Kam  Journaliste et autrice  
et Virginie Sassoon, directrice adjointe du CLEMI

Watch on  YouTube **PARLONS PRATIQUES !**  extraclasse

**Temps : 15.55–16.46**

**Comment équilibrez-vous le temps passé par votre enfant devant les écrans et les activités hors écran ?**

**Citez quelques règles mise en place autour des écrans dans votre foyer.**





**42% des parents indiquent avoir du mal à limiter le temps d'usage des écrans de leurs enfants**

### **5 MESURES LES PLUS COURANTES**

- *Interdiction de l'utilisation des écrans à table (53%, -6 points)*
- *Interdiction des écrans avant le coucher (43%, -9 points)*
- *Interdiction dans la chambre (-10 points)*
- *Limitation du temps d'écran (52%, -4 points)*
- *Montrer l'exemple (25%)*





# PROPOSITION D'OUTIL

## FAMINUM

CHOISISSEZ VOS BONNES  
PRATIQUES NUMÉRIQUES EN  
FAMILLE

1. Définissez vos besoins
2. Découvrez nos recommandations
3. Créez vos pratiques

C'EST PARTI !



Voir la vidéo tuto

Notre sélection de bonnes pratiques

Les écrans, c'est permis le week-end et le soir entre 17h30 et 19h30  
Ronan Eliza

On éteint les écrans deux heures avant de se coucher  
Ronan Eliza Anna

Une activité numérique c'est avant le dîner  
Ronan

Si on est choqué, il faut en parler  
Ronan Eliza

Le contrôle parental, c'est fait pour protéger  
Ronan Eliza Anna

On réfléchit avant de partager ou publier une photo  
Eliza Anna

Pas de diffusion sans notre autorisation  
Anna

Pas de diffusion sans notre autorisation  
Ronan Eliza Anna

On signe tous !

Créer sa charte numérique en famille

<https://www.faminum.com>



**Quels sont les jeux vidéo auxquels votre enfant joue le plus souvent ?**

**Y a-t-il des jeux que vous jugez inappropriés pour son âge ?**







**Quels sont les jeux vidéo auxquels votre enfant joue le plus souvent ?**

**Y a-t-il des jeux que vous jugez inappropriés pour son âge ?**





# Le poids des mots

Ce qu'il faut retenir

**Mauvaise traduction : Disorder/addiction**



- L'addiction est une incapacité à contrôler sa consommation en ayant conscience des effets néfastes (trouble du comportement).
- La dépendance est un phénomène physiologique qui conduit à consommer à nouveau pour ne pas subir les effets désagréables du manque.

**IL EXISTE DEUX TYPES DE DÉPENDANCE :  
PHYSIQUE ET PSYCHOLOGIQUE**

**CES DEUX FORMES DE DÉPENDANCE SONT TRÈS  
DIFFÉRENTES L'UNE DE L'AUTRE.**

**EX : TÉTINE ET DOUDOU (RELATION/OUTIL - OBJET TRANSITIONNEL)**



Voici quelques questions qu'il est bon de se poser pour les jeunes enfants (mais aussi les moins jeunes).

**Quelle est la valeur éducative de l'application, du programme ou du jeu ?**

**Bannissez tout contenu qui n'a pas de valeur éducative à vos yeux.**

Quel message véhicule le contenu ? Privilégiez les contenus qui véhiculent des messages positifs tels que la valeur de l'effort, l'entraide, la confiance en soi.

**Existe-t-il des liens commerciaux dans l'application ou des publicités durant le programme ?**

**Évitez ces contenus, car les jeunes enfants ne savent pas faire la différence entre eux.**

Que se passe-t-il après l'utilisation de l'application ou du jeu ? Apprenez à l'enfant à identifier les moments où il procrastine.

**Quelle est la qualité de l'environnement familial ?**

Les règles d'utilisation sont-elles claires, cohérentes et maintenues ?

Veillez à ce que l'environnement familial soutienne l'apaisement et la réflexion.





**Quelles sont les séries  
ou les films que votre  
enfant regarde  
régulièrement ?**

**Comment choisissez-  
vous les contenus  
adaptés à son âge ?**





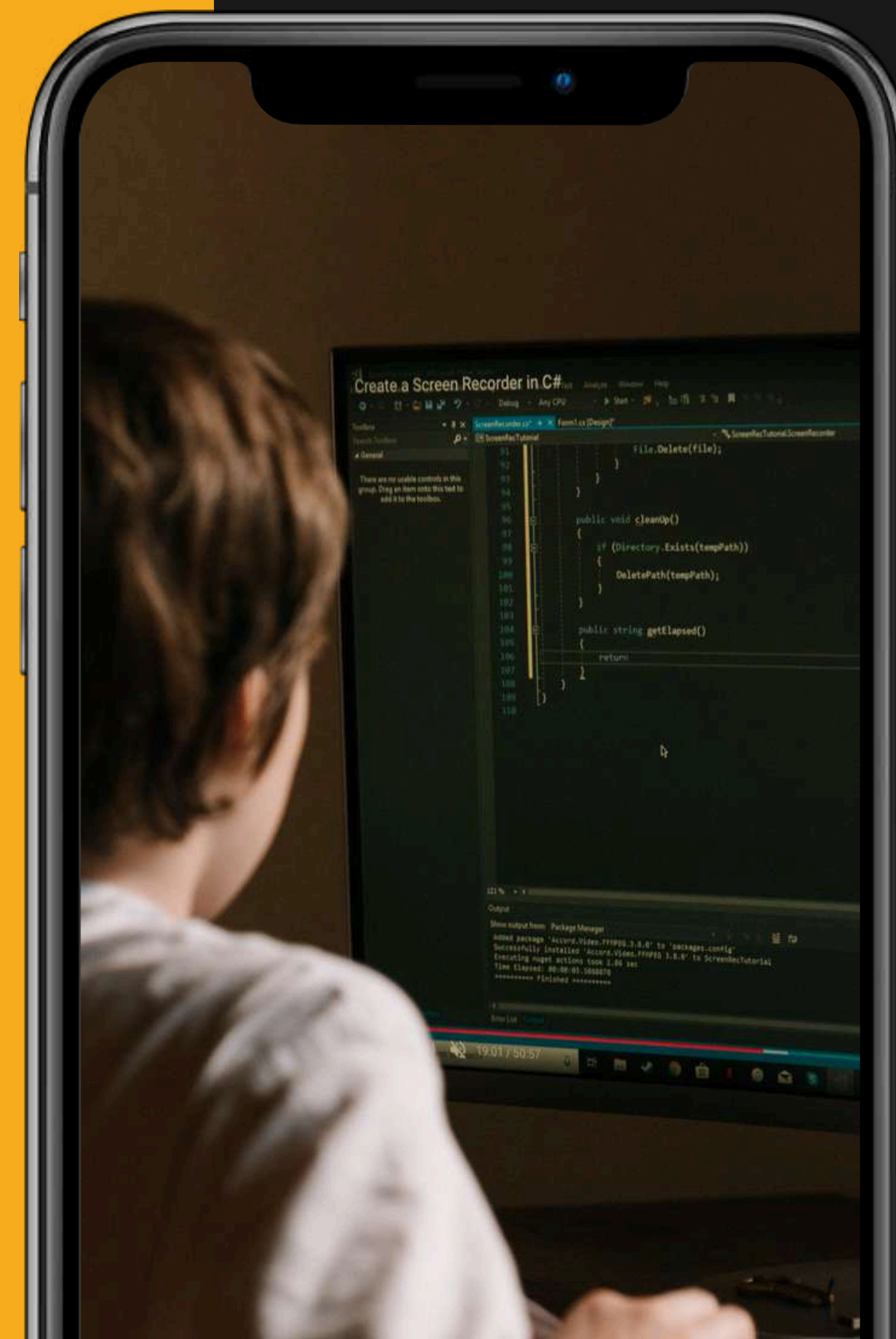
**Sur quels réseaux sociaux numérique votre enfant est-il actif ?**

**Avez-vous discuté avec lui des risques et des responsabilités associés à leur utilisation ?**





# L'ère numérique : Impact et implications

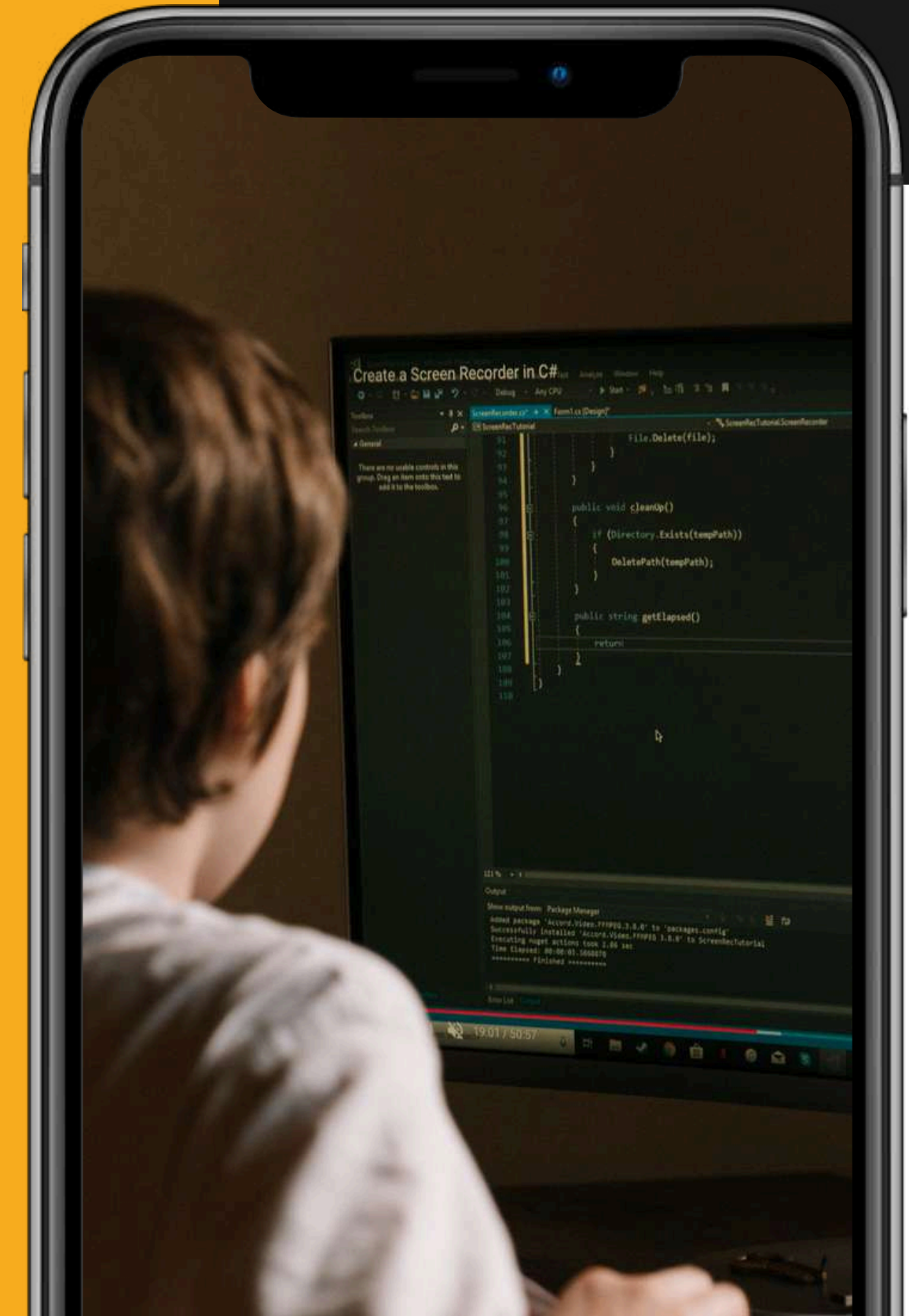


→ Agora – Débat Familles

Cultivons  
l'esprit  
critique...

# L'ère numérique : Impact et implications

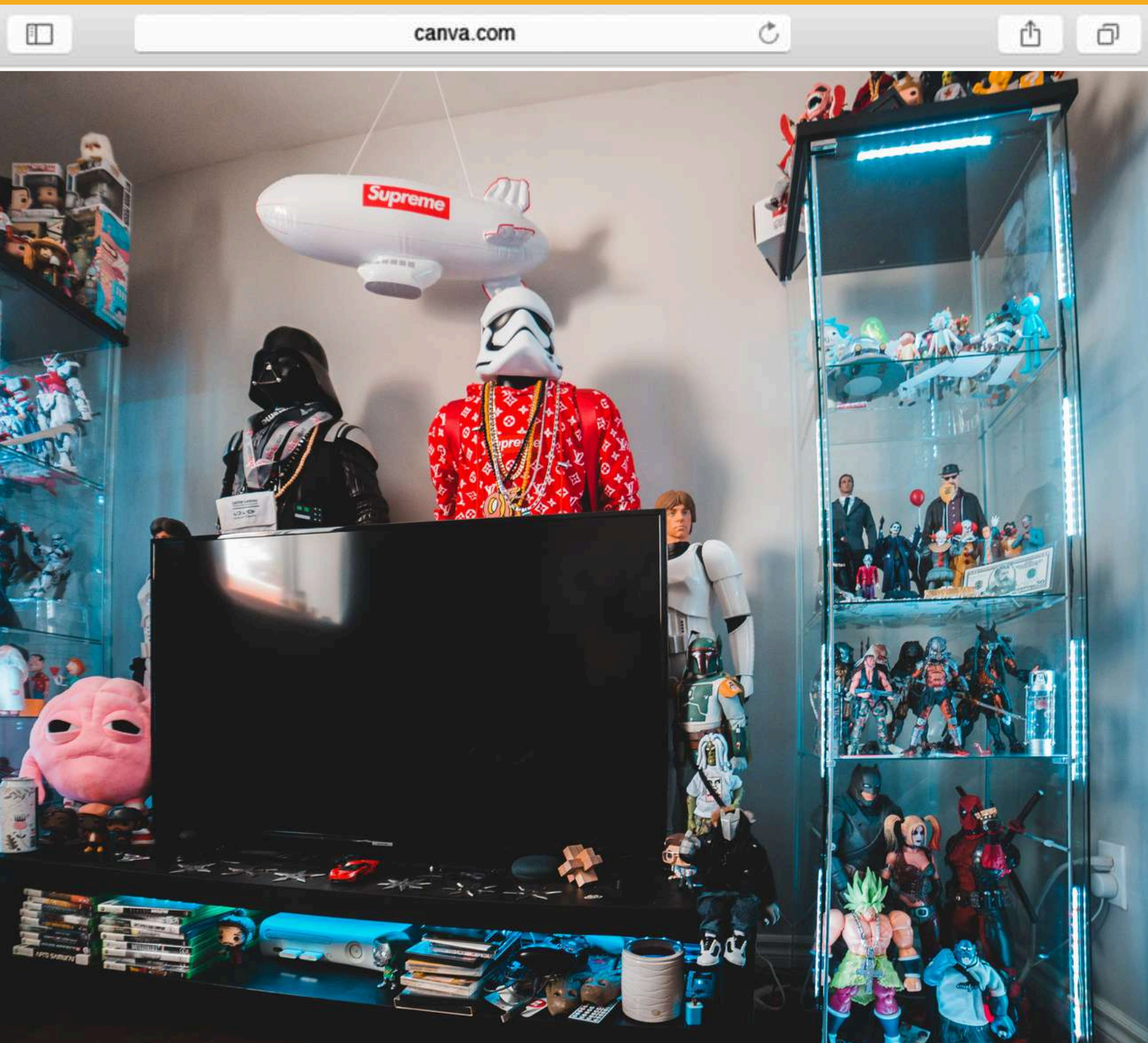
- Désidentification /émancipation
- Indépendance
- Appréhension du réel plus sécurisant
- Autonomisation
- Gestion des émotions
- développement de l'estime de soi
- apprentissage et compétences



→ Agora – Débat Familles

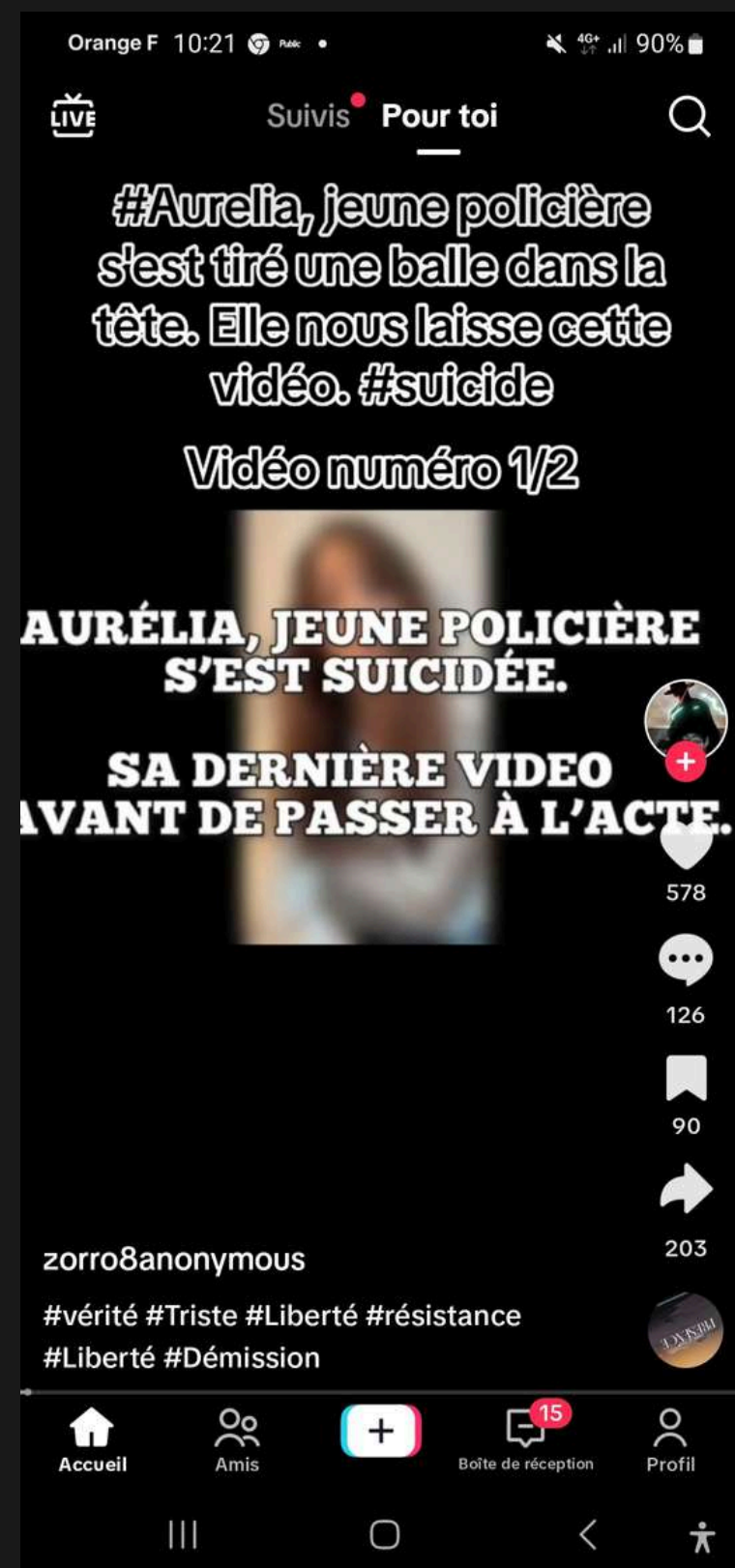
Cultivons  
l'esprit  
critique...





**Extrait de veille :**  
**de Juillet à Novembre 2023**







Orange F 10:21

LIVE

Suivis Pour toi

#Aurelia, jeune policière s'est tiré une balle dans la tête. Elle nous laisse cette vidéo. #suicide

Vidéo numéro 1/2

AURÉLIA, JEUNE POLICIÈRE S'EST SUICIDÉE.

SA DERNIÈRE VIDEO AVANT DE PASSER À L'ACTE.

578

126

90

203

zorro8anonymous

#vérité #Triste #Liberté #résistance

#Liberté #Démission

Accueil

Amis

+

15

Boîte de réception

Profil

Orange F 22:52

AD 1.1M j'aime

+ Suivre

18.5K

X

Classement hebdomadaire

Explorer >

100 pièces pour recevoir 5000

0/5k

Léa Mary

Sebyda...

#fake

user9852604847014

Seb trop ridicule il s'affiche !

3 jeanlouisdeneve

tes rien du tout

la cap-verdienne

des acteurs vraiment

Leo Fernandez a envoyé des j'aime à l'hôte/hôtesse

Ajouter un commen...

Invités ...

Rechar...

Cadeau


802


Orange F 07:44

LIVE

Suivis Pour toi

Le ferais-tu?





Oui / non ?

39

Photo

Humour

Faded - Alan Walker

3

8

Accueil

Amis

+

13

Boîte de réception

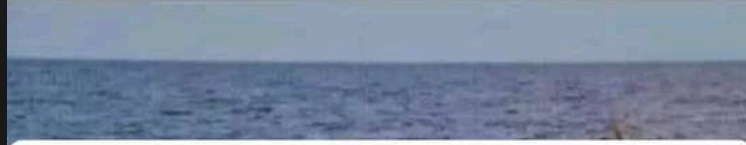
Profil

Orange F 07:45

LIVE

Suivis Pour toi

Le ferais-tu?



39 commentaires

X

Oui

12 h Répondre

fabio

oui

13 h Répondre

Alexis Pressé

sans hésiter !

1 j Répondre

1

Gilerapiaggio

Oui

1 j Répondre

Harry

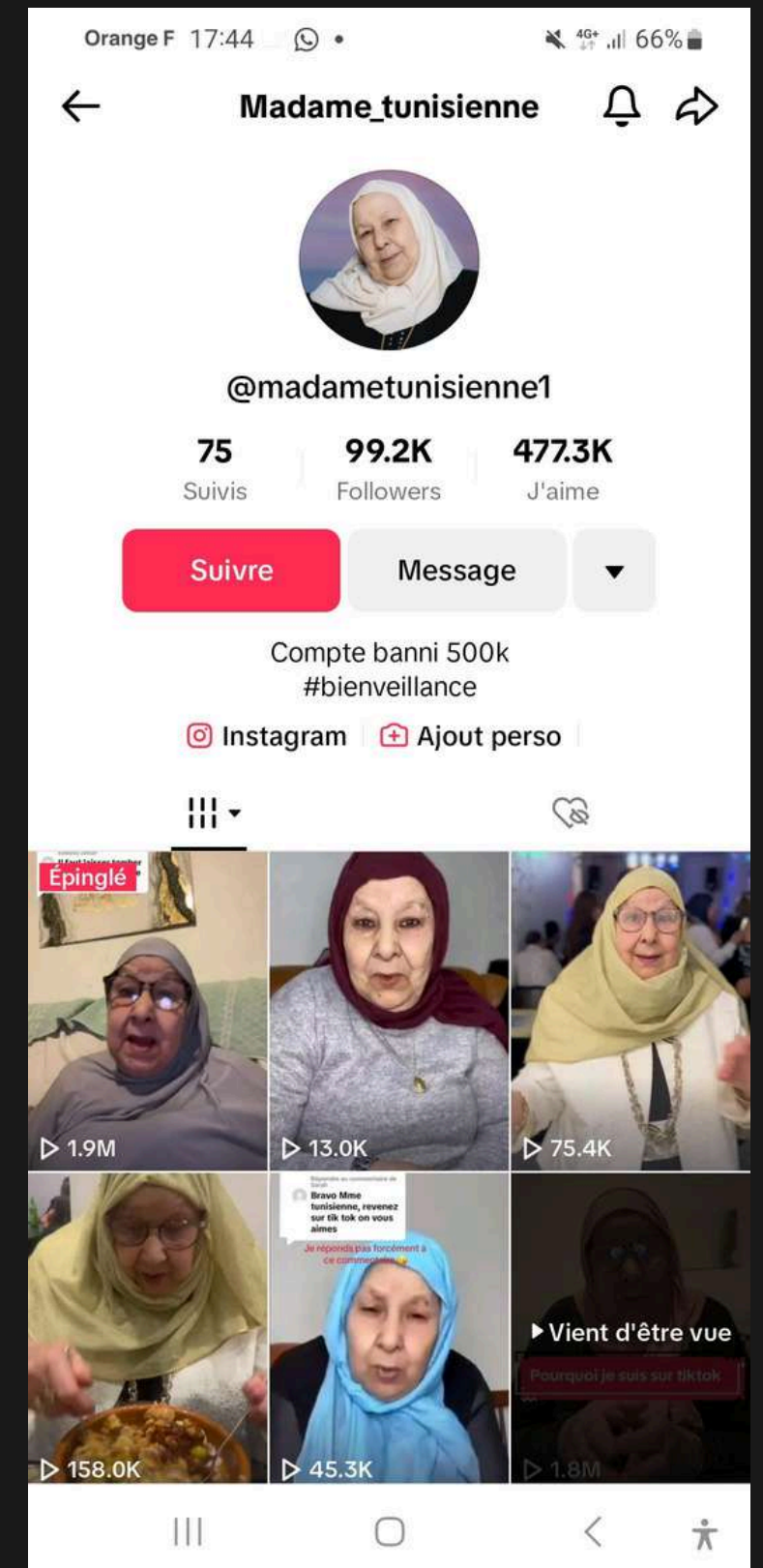
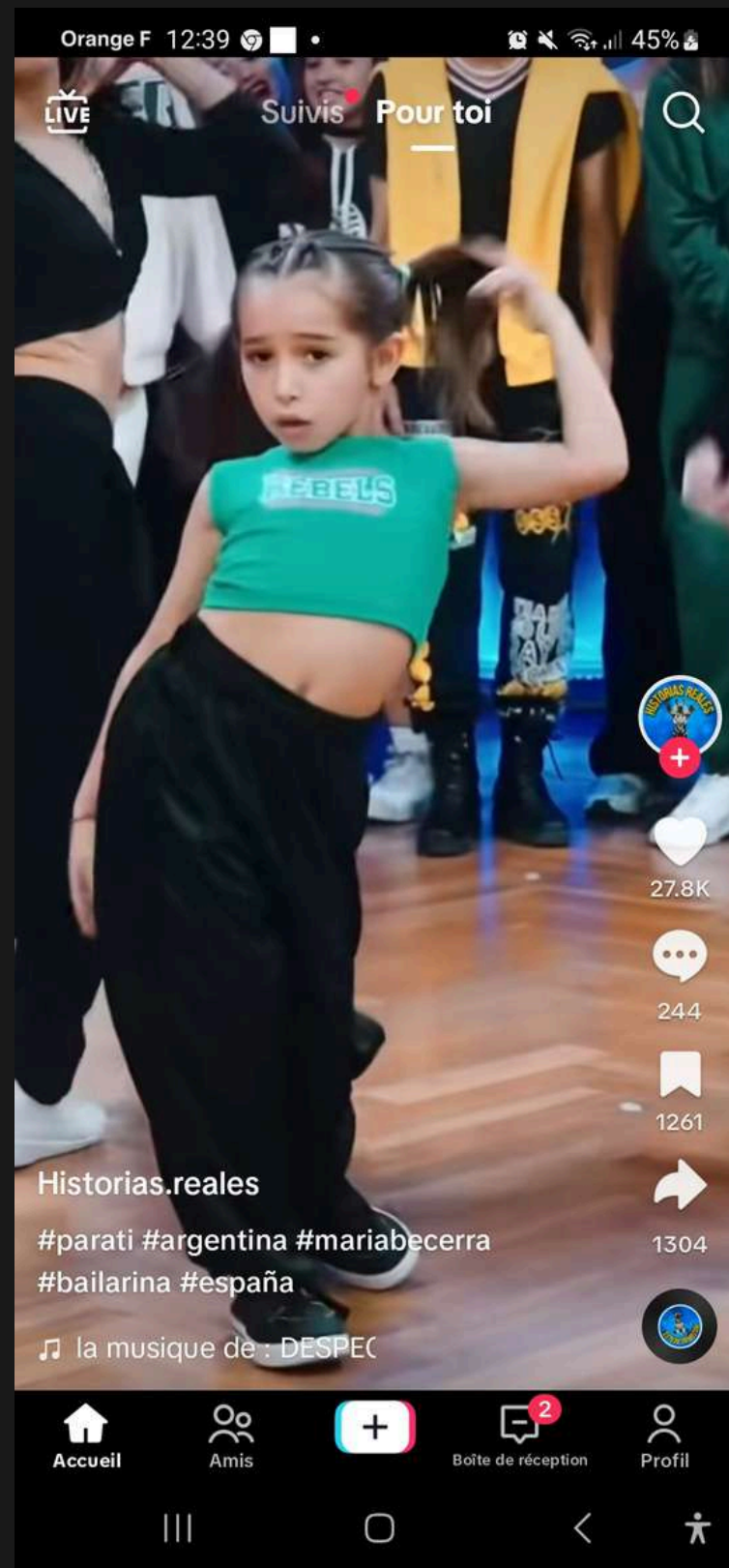
oui

1 i Répondre

Ajouter un commentaire...

@







# Etudes de cas

**Questionnement 3 :** Un ami vous confie que son enfant a vu des images pornographiques sur internet. Que dire ?  
Formulez quelques règles simples en matière d'accès aux écrans.

**Questionnement 1 :**

Des parents séparés peuvent-ils instituer des règles différentes concernant l'usage des écrans ?

**Questionnement 2 :** Une maman s'occupe seule de ses trois enfants tôt le matin. Utiliser les écrans est-ce une bonne idée ?

**Cas 1 :** ma fille passe plus de 5h par jour sur les réseaux sociaux, elle discute avec des inconnus, je l'ai vu dans ces messages. Elle ne comprend pas que c'est très dangereux !

**Cas 2 :** mon fils Léo est devenu accro aux jeux vidéo, il est violent quand je lui demande d'arrêter. Qu'est-ce que je dois faire [...] ?

**Cas 3 :** J'ai deux enfants, j'ai peur qu'ils voient des contenus choquants. Je ne suis pas très doué.e.s en informatique. Avez-vous un logiciel de contrôle parental à me conseiller s'il vous plaît ?

**Cas 4 :** Je suis harcelé au collège, j'en peux plus, je ne sais plus quoi faire, j'ai des idées noires, personne ne veut m'aider...

# Les parents et le numérique : Des clefs pour les accompagner

Plus de 100 ressources gratuites et des conseils pratiques pour accompagner les jeunes de 6 à 18 ans, leurs parents et enseignants dans leur vie numérique et l'usage des écrans.



[Accueil](#) / [Ressources](#)

## Les ressources

Des outils numériques gratuits pour sensibiliser aux bons usages du numérique



[Accueil](#) / [Dossiers](#)

## Les dossiers

Des actualités, des conseils et des ressources thématiques pour accompagner les jeunes



### Cyberharcèlement

Des conseils et des ressources pour agir contre le cyberharcèlement

[Accueil](#) [Ressources](#) [Dossiers](#)  
[Cyberharcèlement](#) [Désœuvrage](#) [Parentalité numérique](#) [Jeux vidéo](#)

[Voir le dossier](#)



### Désœuvrage

Des conseils et des ressources pour se distraire et occuper des moments vides

[Accueil](#) [Ressources](#) [Dossiers](#)  
[Cyberharcèlement](#) [Désœuvrage](#) [Parentalité numérique](#) [Jeux vidéo](#)

[Voir le dossier](#)

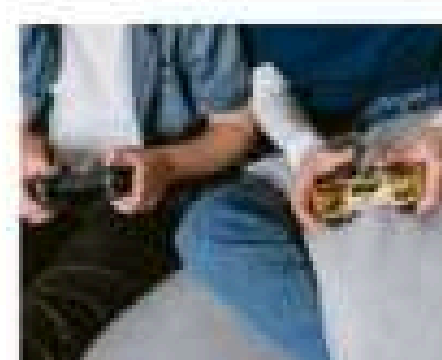


### Parentalité numérique

Des conseils et des ressources pour accompagner les jeunes dans l'usage du numérique à la maison

[Accueil](#) [Ressources](#) [Dossiers](#)  
[Cyberharcèlement](#) [Désœuvrage](#) [Parentalité numérique](#) [Jeux vidéo](#)

[Voir le dossier](#)



### Jeux vidéo

Des conseils et des ressources pour une pratique saine et responsable des jeux vidéo en famille

[Accueil](#) [Ressources](#) [Dossiers](#)  
[Cyberharcèlement](#) [Désœuvrage](#) [Parentalité numérique](#) [Jeux vidéo](#)

[Voir le dossier](#)



## FamiNum

Une collection d'outils pour accompagner la parentalité numérique.

[Parentalité numérique](#)

[Gestion des écrans](#)

[Voir le programme](#)

## Zoom sur...



# Les parents et le numérique : Des clefs pour les accompagner



Le rôle de l'OPEN est de vous transmettre des informations fiables, efficaces et des conseils concrets que vous pourrez vous réapproprier et intégrer à votre quotidien. Bien que la sensibilisation des enfants soit nécessaire, elle n'est pas suffisante. Il est primordial de mettre en œuvre des actions d'envergure à destination de tous les adultes qui entourent les enfants, car eux seuls ont la légitimité pour accompagner et éduquer les plus jeunes, y compris sur le sujet du numérique (espace parents, dossiers thématiques, études...).

## Zoom sur...



### Les Petites Causeries du Numérique



EPISODE 5

### Harcèlement, cyber-harcèlement : décryptage

Podcast qui prend le micro pour aborder des sujets en lien avec les pratiques numériques accompagné de témoignages.

SEPTEMBRE 2022

ARTICLE

#### « Parents, enfants & numérique »

Une étude de l'OPEN, l'UNAF et Google réalisée par l'IPSOS, 2022.

Découvrez notre étude sur l'impact de la crise sanitaire sur les comportements numériques au sein des familles.



A télécharger :  
Baromètre Covid-19 : impacts parents et enfants plus de 10 ans dans les écoles

Télécharger l'étude

Télécharger l'étude



#### Pornographie & protection des enfants : l'hypocrisie des tubes pornographiques

Le 6 septembre 2022 se tenait au TJ de Paris l'audience relative à notre saisine de l'ARCOM aux côtés du Cofrade et de l'Unaf : décryptage.

# Les parents et le numérique : Des clefs pour les accompagner

parents31.fr



  
**PédaGoJeux.fr**  
le jeu vidéo connecté aux parents

**Accueil – 2017**

Le collectif PédaGoJeux diffuse des informations à destination des parents et des acteurs professionnels, pour une pratique sereine du jeu vidéo.

 PédaGoJeux.fr



**Association de protection de l'enfance sur internet**

Association e-Enfance protège les enfants et adolescents des dangers d'internet. Lutte contre le cyberharcèlement et harcèlement. Guide contrôle parental gratuit.

 e-Enfance



**Trouvez rapidement des solutions à vos questions de parents - 1,2,3 kiD**

Toutes les clés pour favoriser le développement de vos enfants

 123kid.org/





Webinaire Parents & Numérique 🧑🏻 Comment bien vivre le numérique en famille ? ⚡ Les ...



Share

# Bien vivre le numérique en famille

Webinaire



Watch on YouTube

Avec l'intervention de



# Surveiller sans étouffer

On regarde ensemble  
>> jusqu'à 9 ans

Tu es petit, **je veux toujours savoir ce que tu regardes**



1 2 3 kiD

Le contrat de confiance  
>> entre 10 et 14 ans

**Je connais tes mots de passe** mais je ne fouille pas sans ton autorisation

On n'a pas honte  
>> tous les âges

Si quelque chose te perturbe, **tu es libre de m'en parler** : je ne te jugerai pas

On estime le temps (perdu)  
>> tous les âges

On est **attentif au temps qu'on y passe** et à ce qu'on aurait pu faire à la place



## ON OBSERVE LES CHANGEMENTS

- ✓ Sommeil
- ✓ Appétit
- ✓ Communication
- ✓ Ecole
- ✓ Comportement
- ✓ Etc.



## De nombreux autres acteurs et ressources clés sont à votre disposition



éduscol



Je protège  
mon **enfant**



souris grise



Observatoire de la Parentalité  
& de l'Éducation Numérique

Geek Junior



## RESSOURCES POUR ALLER PLUS LOIN

### Bibliographie : pour aller plus loin...





## Services généralistes parents et jeunes :

Association e-Enfance : 3018 "Reconnue d'utilité publique, l'Association e-Enfance est précurseur depuis 17 ans dans la protection de l'Enfance sur internet et l'éducation à la citoyenneté numérique. Elle est le point d'entrée unique pour les parents, les enfants, les adolescents et les professionnels sur toutes les problématiques liées à l'univers numérique, ses usages et ses dangers potentiels (cyber-harcèlement, exposition aux écrans, pornographie, jeux vidéo, prédateurs sexuels, contrôle parental, usurpation d'identité, escroqueries, fake news, etc)." Ils ont également un partenariat avec la gendarmerie, ce qui permet en cas de cyber-harcèlement de renforcer la protection et la prise en charge des jeunes victimes de violences numériques. D'être plus rapidement en capacité de faire supprimer des contenus illégaux et/ou préjudiciables à un mineur en quelques heures.

## Maison départementale des adolescents de la Haute-Garonne :

Adresse : 16 Rue Pierre-Paul Riquet, 31000 Toulouse - Téléphone : 05 34 46 37 64 Accueil téléphonique du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 13h à 18h, en journée continue le mercredi. "La Maison départementale des adolescents accueille les jeunes de 11 ans à 25 ans, et leurs familles et les professionnels salariés ou bénévoles qui travaillent avec eux. Lieu d'écoute, d'évaluation, de soutien et d'orientation, c'est aussi un espace qui organise des ateliers et des rencontres collectives thématique. L'accueil est individuel ou familial, gratuit. L'anonymat peut être demandé. Des professionnels sont à l'écoute des familles et des jeunes de 11 à 25 ans (21 ans élargis à 25 ans depuis la situation sanitaire), qu'ils informent, répondent à leurs interrogations et leur proposent des solutions adaptées."

## École des Parents et des Éducateurs de la Haute-Garonne :

Adresse : 18 Avenue des Mazades, 31200 Toulouse - Téléphone : 05 61 52 22 52

"L'école des parents est un lieu ressource, pour aider les parents et professionnels à comprendre les changements dans les relations familiales, scolaires, sociales et à s'adapter en élaborant des réponses qui leur permettent d'éduquer et de transmettre".

Ils proposent des ateliers, des espaces de consultations psychologiques pour tous, un espace écoute jeunes, un espace écoute parents, de la médiation familiale et de la formation pour les professionnel.les.

## SAS-ARPADE Point Ecoute Prévention :

Adresse : 39 bis rue de Cugnaux, 31300 Toulouse - Téléphone : 05 61 42 91 91

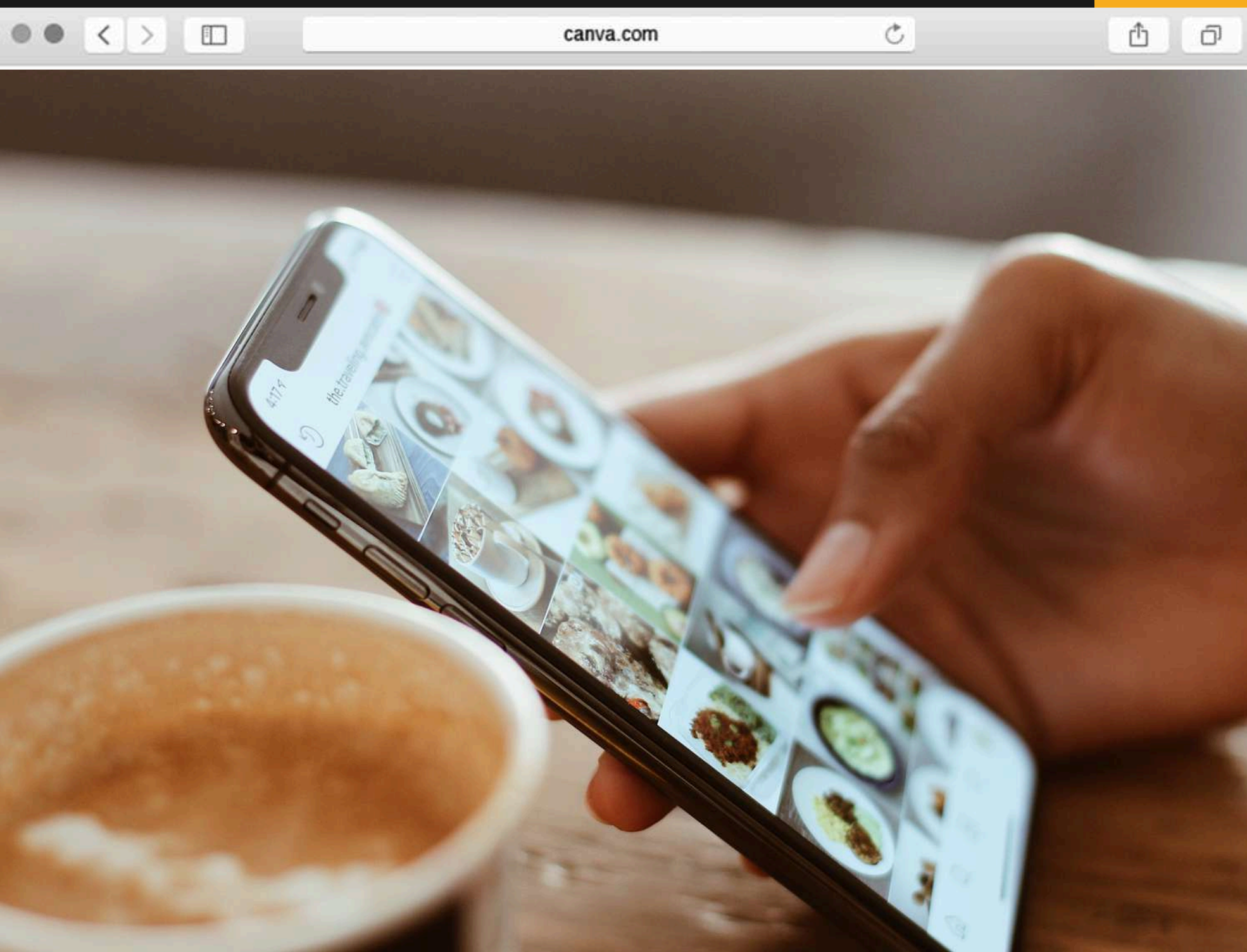
"C'est un lieu qui privilégie la rencontre entre les jeunes, parents, familles, professionnels, acteurs de la société civile qui s'interrogent sur les questions qui se posent à l'adolescence. Nos missions consistent à l'accueil, l'écoute et l'accompagnement pour soutenir l'expression de tous et servir d'appui aux parcours de chacun". Ils proposent des services de prévention et un accompagnement des soins spécialisés en lien avec les addictions (y compris la surconsommation des écrans). Mais également, dans l'objectif de lutter contre les exclusions, un service d'hébergement et d'insertion professionnelle.

La permanence d'accueil du Point Ecoute Prévention est ouverte tous les jours de 14h à 18h (sauf le lundi).

Fil santé jeunes : 0 800 235 236

Ce service et ce site web est destinés aux jeunes de 12 à 25 ans. Leur site contient des dossiers sur des thématiques diverses, un espace de discussion et d'un chat. le numéro d'aide est anonyme et accessible tous les jours de 9h à 23h.





# Contact

ASSO ICARE & Mélissa Khouader

→ **Téléphone**  
06 82 64 98 48

**Téléphone**  
03 36 57 17 02

→ **Email**  
icare.association@gmail.com

**Email**  
melissa.khouader@crij.org

→ **Website**  
<http://khattoupierre.unblog.fr/>  
<http://www.asso-icare.org/>