

Les enfants, gare aux écrans



L'association Reper lance une nouvelle méthode visant à soutenir les parents dans la gestion des médias numériques au sein de la famille. © Charly Rappo

NM

Avec le soutien de la Direction de la santé et des affaires sociales (DSAS), l'association Reper lance une nouvelle méthode visant à soutenir les parents dans la gestion des médias numériques au sein de la famille.

Celle-ci est dénommée «méthode des 3e» et s'articule autour de trois pôles: l'enfant, l'environnement et les écrans. Car les ordinateurs et téléphones portables peuvent aussi représenter un danger pour les enfants et adolescents. «Son cerveau étant encore en pleine maturation, ce public est particulièrement sensible aux techniques de manipulation et d'économie de l'attention. De plus, le monde numérique donne un accès

facilité à tous types de contenus, dont un nombre important est inadapté aux jeunes», soulignent les autorités cantonales dans un communiqué de presse.

L'association Reper émet donc différentes recommandations, comme maintenir les écrans dans les espaces communs et de ne pas les laisser entrer dans les chambres à coucher pour éviter de perturber le sommeil ou encore favoriser des moments déconnectés pour toute la famille afin de créer de nouvelles dynamiques. Les parents qui souhaitent évaluer la place des écrans et leur gestion dans leur famille peuvent consulter la page de la méthode pour un autotest [à cette adresse](#).