



**GOVERNEMENT**

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

Campagne nationale de sensibilisation  
à la parentalité numérique

[jeprotegemonenfant.gouv.fr](https://jeprotegemonenfant.gouv.fr)



**Pour un usage raisonné  
des écrans par les enfants**

Dossier de presse  
8 février 2023

## Édito



**Jean-Christophe Combe**  
ministre des Solidarités,  
de l'Autonomie et des  
Personnes handicapées



**Jean-Noël Barrot**  
ministre délégué auprès  
du ministre de l'Économie,  
des Finances et de la  
Souveraineté industrielle  
et numérique, chargé de  
la Transition numérique et  
des Télécommunications



**Charlotte Caubel**  
secrétaire d'État auprès  
de la Première ministre,  
chargée de l'Enfance



Les écrans sont désormais présents dans nos quotidiens et cela dès le plus jeune âge.

En 2023, en France, 96 % des enfants possèdent ou utilisent au moins un équipement numérique, avec un risque réel de surexposition. En effet, en moyenne, ils y passent 1h19 par jour en semaine, et 2h07 les jours de week-end.\*

Dans le même temps, seulement 12 % des parents se déclarent sereins sur ce sujet et 6 parents sur 10 privilégient des mesures d'interdiction\*, avec le sentiment de perdre le contrôle et de voir leur enfant le perdre aussi.

Encadrer l'accès des enfants aux écrans ne se résume plus à une surveillance intransigeante de la télécommande. En effet, face à la révolution des usages numériques, il nous faut réinventer l'accompagnement des parents et créer des outils pour soutenir la parentalité numérique. C'est tout l'objectif de la plateforme gouvernementale [jeprotegemonenfant.gouv.fr](https://jeprotegemonenfant.gouv.fr). Ce site web, simple et pratique, centralise

toutes les informations dont les parents ont besoin pour mieux accompagner leurs enfants face aux écrans.

Nous apprenons à nos enfants à nager, à regarder avant de traverser, à se protéger. Face aux écrans, il faut être tout aussi vigilant car « pour plonger dans les écrans et surfer sur Internet, les enfants ont besoin de leurs parents »! C'est dans cet esprit qu'a été imaginée la campagne nationale de sensibilisation et de prévention que nous lançons, aujourd'hui, dans le cadre du 20<sup>e</sup> anniversaire du *Safer internet day* (ou journée de l'internet plus sûr).

Nous avons tous, parents, professionnels ou chercheurs, à préparer l'avenir avec un double défi : prémunir nos enfants contre les dangers des écrans, et leur apprendre à développer des usages qui leur permettent de devenir les citoyens d'une société connectée et responsable.

---

\* Les chiffres cités sont issus d'une enquête Ipsos réalisée en janvier 2023 sur la parentalité numérique commanditée par le Gouvernement. Les résultats sont dévoilés ce mercredi 08 février.





## Sommaire

<b>1. PERCEPTIONS, DIFFICULTÉS ET SOLUTIONS : ENQUÊTE SUR LA PARENTALITÉ NUMÉRIQUE</b>	<b>04</b>
<b>2. LES ÉCRANS, ÇA S'APPREND</b>	<b>06</b>
<b>3. REGARDS D'EXPERTS</b>	<b>07</b>
<b>4. ACCOMPAGNER LES ENFANTS DANS LEURS PRATIQUES NUMÉRIQUES</b>	<b>08</b>
<b>5. PLONGER DANS LES ÉCRANS ET SURFER SUR INTERNET</b>	<b>10</b>
<b>6. UNE CAMPAGNE FIL ROUGE ET MULTICANALE</b>	<b>11</b>

# 1. Perceptions, difficultés et solutions : enquête sur la parentalité numérique

Dans le cadre de cette nouvelle campagne et avec pour objectif de bénéficier de données récentes sur des pratiques qui ne cessent d'évoluer, le Gouvernement, avec l'institut Ipsos, s'est intéressé aux perceptions, aux difficultés rencontrées et aux solutions recherchées par les parents quant aux usages des écrans par leurs enfants. L'enquête a été réalisée du 12 au 16 janvier 2023 auprès d'un panel représentatif de 1000 parents d'enfants âgés de 3 à 15 ans.

**1** L'intensité des usages numériques des enfants se confirme. Dans des foyers globalement très équipés en écrans, ils y sont exposés dès leur plus jeune âge.

Avec en moyenne **5,7 équipements par foyer** et une **suprématie du smartphone (94 %)**, de la télévision (91 %) et de l'ordinateur (88 %), les familles avec enfants de 3 à 15 ans sont dotées de nombreux écrans. Dans ce contexte, 96 % des enfants possèdent ou utilisent au moins l'un de ces équipements.

Le temps moyen qu'ils passent devant les écrans est quant à lui plus important les jours de week-end (2h07 dont 1h14 chez les 3-5 ans et 3h chez les 11-15 ans) que les jours de semaine (1h19) et ce, quel que soit l'âge de l'enfant.

**96 %**

des enfants possèdent ou utilisent au moins 1 équipement numérique.



**01:19**

**02:07**

Les enfants passent en moyenne 1h19 par jour devant les écrans en semaine, et 2h07 par jour le week-end.

**2** L'exposition des enfants aux écrans est source d'inquiétude pour les parents, qui sont conscients des risques associés.

Seule une minorité de parents interrogés (12 %) se déclare sereine quant à la consommation d'écrans de leur enfant. 67 % d'entre eux se disent vigilants sur le sujet et leur inquiétude principale (42 %) est liée à l'exposition de leur enfant à des contenus potentiellement choquants.

Les parents évoquent également d'autres inquiétudes comme la  **Crainte de voir leur enfant perdre le goût de faire d'autres activités (35 %)**, que sa santé soit affectée – sommeil, vision, maux de tête, sédentarité, etc. – (33 %), ou encore qu'il rencontre des difficultés scolaires – troubles de la concentration, moins de temps passé à étudier, etc. – (29 %).

**12 %**

seulement des parents se disent sereins quant à la consommation d'écrans de leur enfant.



**42 %**

des parents s'inquiètent de l'exposition de leur enfant à des contenus potentiellement choquants.







### 3 Au regard de ces risques, les parents instaurent des mesures davantage axées sur l'interdiction que sur l'accompagnement.

Un quart des parents reconnaît des difficultés pour gérer les usages numériques de leur adolescent (11-15 ans). Interrogés sur les règles et bonnes pratiques en vigueur à la maison, ils sont 6 sur 10 à privilégier des mesures d'interdiction (62 %) ou de limitation (66 %) des écrans, quand seul un tiers d'entre eux (36 %) met en place des activités communes comme un temps familial sans écran ou une consommation numérique en famille. À noter qu'ils sont seulement 17 % à déclarer utiliser le moins possible les écrans en présence de leur enfant.



Plus de 6 parents sur 10 prennent des mesures d'interdiction (62 %) ou de limitation (66 %) des écrans.

# 36 %



des parents mettent en place des activités communes (temps familial sans écran ou consommation numérique en famille).

### 4 Des parents qui se sentent bien informés mais qui sont peu au fait des règles et des bonnes pratiques.

Les parents se sentent globalement bien informés pour accompagner leur enfant dans ses usages numériques (84 %) mais seulement 4 sur 10 affirment connaître la moitié des recommandations testées et ils sont 58 % à déclarer faire « comme ils le sentent et comme cela leur semble le mieux ».

Dès lors qu'il s'agit de recevoir des conseils concrets, ils se tourneraient principalement vers les acteurs de proximité, comme les professionnels de santé (38 %) et les enseignants (25 %) et sont 33 % à privilégier un site internet officiel qui rassemble les bonnes pratiques en matière de parentalité numérique, tel que la plateforme [jeprotectemonenfant.gouv.fr](https://jeprotectemonenfant.gouv.fr).

# 58 %



En matière de règles et de bonnes pratiques mises en place à la maison, 58 % des parents déclarent faire « comme ils le sentent et comme cela leur semble le mieux ».

1/3 des parents privilégie un site officiel rassemblant les bonnes pratiques en matière de parentalité numérique.

## 2. Les écrans, ça s'apprend

Face à ces constats, il est indispensable de sensibiliser les parents à l'importance d'un usage raisonné et raisonnable des écrans pour les enfants, mais aussi de mieux les accompagner dans cette parentalité numérique.

Chaque génération a connu de nouveaux usages et a, de ce fait, dû créer de nouvelles règles et de nouvelles habitudes. Il en va de même pour les écrans, avec lesquels la majorité des parents d'aujourd'hui n'ont pas grandi. Premiers acteurs de l'éducation au numérique, ils doivent donc être sensibilisés au sujet afin de pouvoir mieux accompagner leurs enfants.

### ***Je protege mon enfant.gov.fr***, le portail de la parentalité numérique

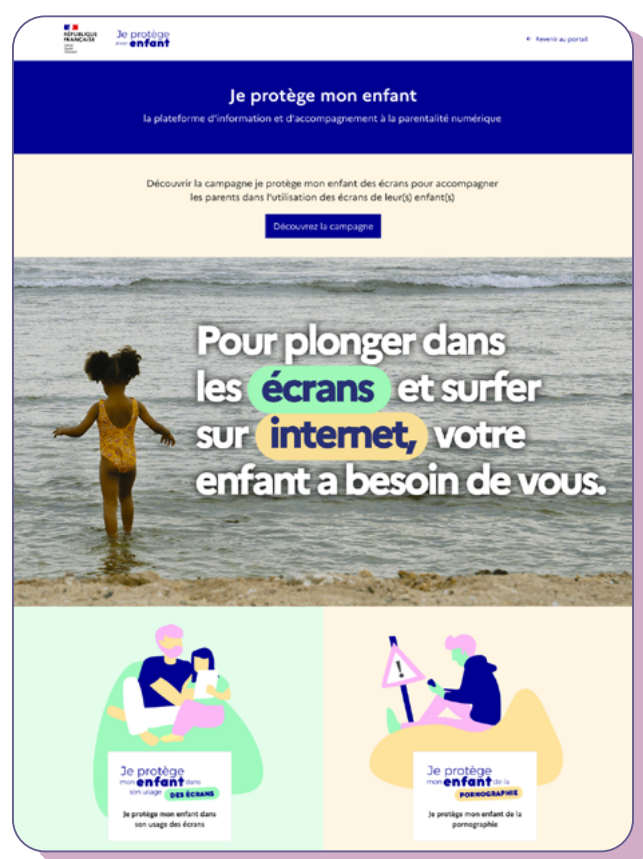
Conformément au « protocole d'engagement pour la prévention de l'exposition des mineurs aux contenus pornographiques en ligne », le Gouvernement a lancé le site *je protege mon enfant.gov.fr* en 2021, qui s'est enrichi en 2022 avec des contenus relatifs aux usages des écrans. La plateforme est mise à jour régulièrement dans le but de mettre à disposition des parents, une information et des repères fiables à travers de nombreux outils, conseils et ressources pratiques pour protéger leurs enfants des écrans.

#### ***je protege mon enfant.gov.fr* aborde :**

- la protection des enfants contre les contenus pornographiques en ligne ;
- l'usage raisonné des écrans.

#### **La création de ce site a été réalisée en collaboration avec :**

- des partenaires institutionnels (ministère de la Culture, ministère chargé de l'Égalité entre les femmes et les hommes, de la Diversité et de l'Égalité des chances, ministère de la Santé et de la Prévention, ARCEP – Autorité de régulation des communications électroniques, des postes et de la distribution de la presse, ARCOM – Autorité de régulation de la communication audiovisuelle et numérique, CNAF – Caisse nationale des allocations familiales) ;
- des acteurs du numérique (Apple, Arte Education, Bouygues Telecom, Fédération Française des Telecoms, France TV, GESTE, Google, Iliad, Microsoft, Meta, M6 Gulli, Netflix, Orange, Qwant, Samsung Electronics France, SFR, Snapchat, Syndicat des Editeurs de logiciels de Loisirs, Groupe TF1, TikTok, Yubo, YouTube) ;
- des associations de soutien à la parentalité et de protection de l'enfance (COFRADE, E-enfance, Ennoccence, Fédération Nationale des Écoles des Parents et des Éducateurs, Fondation pour l'enfance, Génération Numérique Je.tu.il..., La ligue de l'enseignement, Observatoire de la qualité de vie au travail, Observatoire de la Parentalité & de l'éducation numérique, Point de contact, Tralalère, Unaf).





# 3. Regards d'experts

## Les points de vue de...



**Thomas Rohmer**  
directeur de l'Observatoire de la Parentalité et de l'Éducation Numérique (OPEN)

### Les moments d'écran partagés ont de nombreux avantages

« En matière de numérique, certaines règles sont parfois difficiles à appliquer au quotidien. Passer du temps avec les enfants sur les écrans peut être une solution simple. Quel que soit l'équipement, cette pratique permet non seulement de passer un moment convivial, mais aussi de relégitimer la parole des parents et d'aider les enfants à mettre des mots sur ce qu'ils voient sur les écrans. »

**Thomas Rohmer**

### Les parents ne peuvent faire l'impasse d'une éducation au numérique

« Les parents ne doivent pas hésiter à expliquer les écrans et internet le plus simplement possible à leurs enfants. Une démarche qui consiste à les faire réfléchir aux informations qu'ils y trouvent, à se poser les bonnes questions et à développer leur esprit critique. Il est aussi important que les parents s'informent de ce que leurs enfants font et regardent sur les écrans. »

**Béatrice Copper-Royer**



**Béatrice Copper-Royer**  
psychologue spécialisée dans la clinique de l'enfant et de l'adolescent, et cofondatrice de l'association e-Enfance



**Olivier Gérard**  
responsable des médias et des usages numériques à l'Union nationale des associations familiales (Unaf)

### La question des écrans doit être discutée en famille

« Les écrans sont un vrai sujet de dialogue parent-enfant, surtout en dehors des périodes de tension. Ces discussions ne doivent pas se limiter à la question du temps devant les écrans. Il est important de s'accorder des moments réguliers d'échanges en famille, pendant lesquels les enfants peuvent raconter ce qu'ils ont vu ou fait et sur ce qu'ils ont ressenti. Cette écoute mutuelle est très importante. »

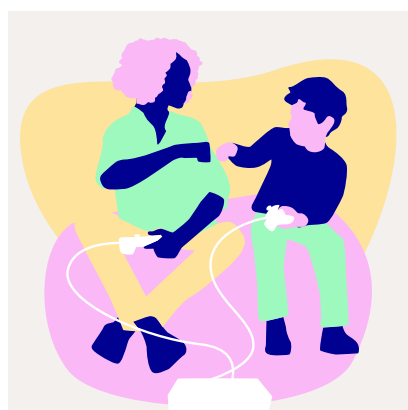
**Olivier Gérard**

# 4. Accompagner les enfants dans leurs pratiques numériques

À la maison et lorsqu'il s'agit de numérique, il est recommandé de privilégier le dialogue en famille :



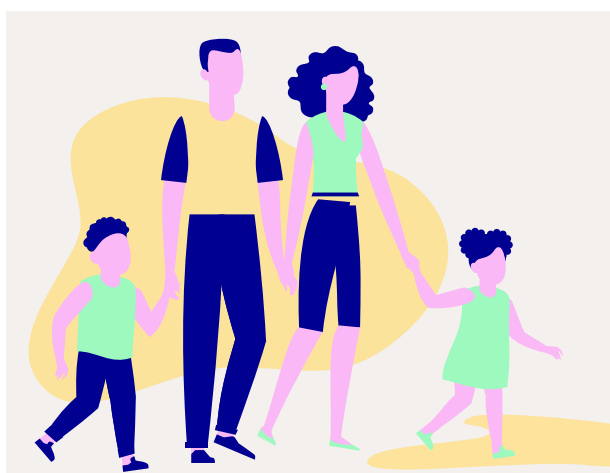
Échanger avec les enfants quant à leur usage des écrans et s'informer auprès d'eux sur les contenus qu'ils consomment.



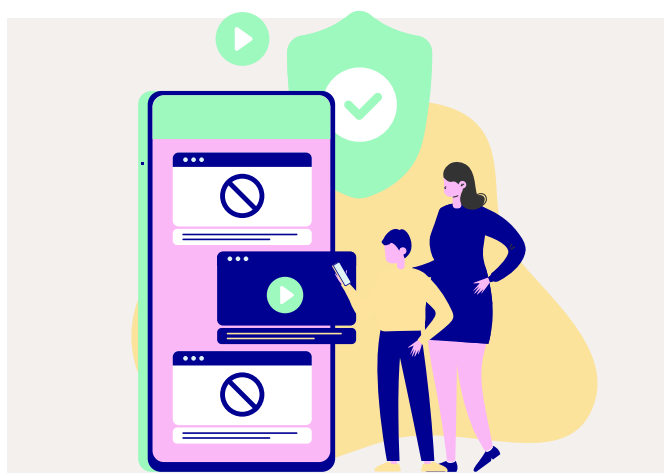
Instaurer des moments d'usages partagés des écrans entre parents et enfants pour créer de l'interaction et en parler.



Éviter de passer soi-même trop de temps devant les écrans en présence des enfants pour rester disponible, d'autant que les enfants en bas âge imitent leurs parents.



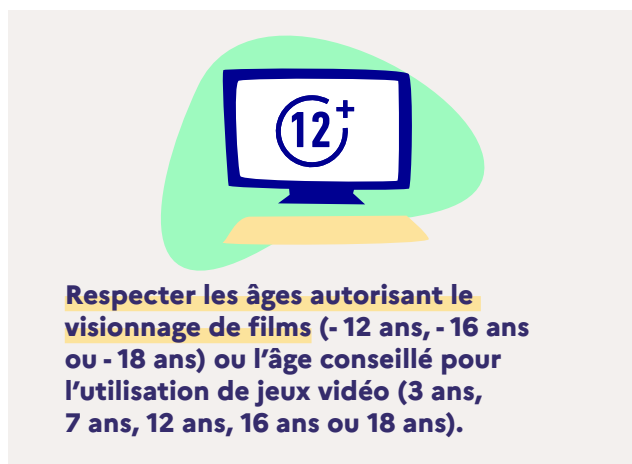
Ne pas oublier de consacrer du temps à des activités familiales et collectives (sportives, culturelles, etc.).



S'informer sur les outils technologiques disponibles et utiles à l'application des usages souhaités (contrôles parentaux, etc.), notamment pour les parents de jeunes enfants.

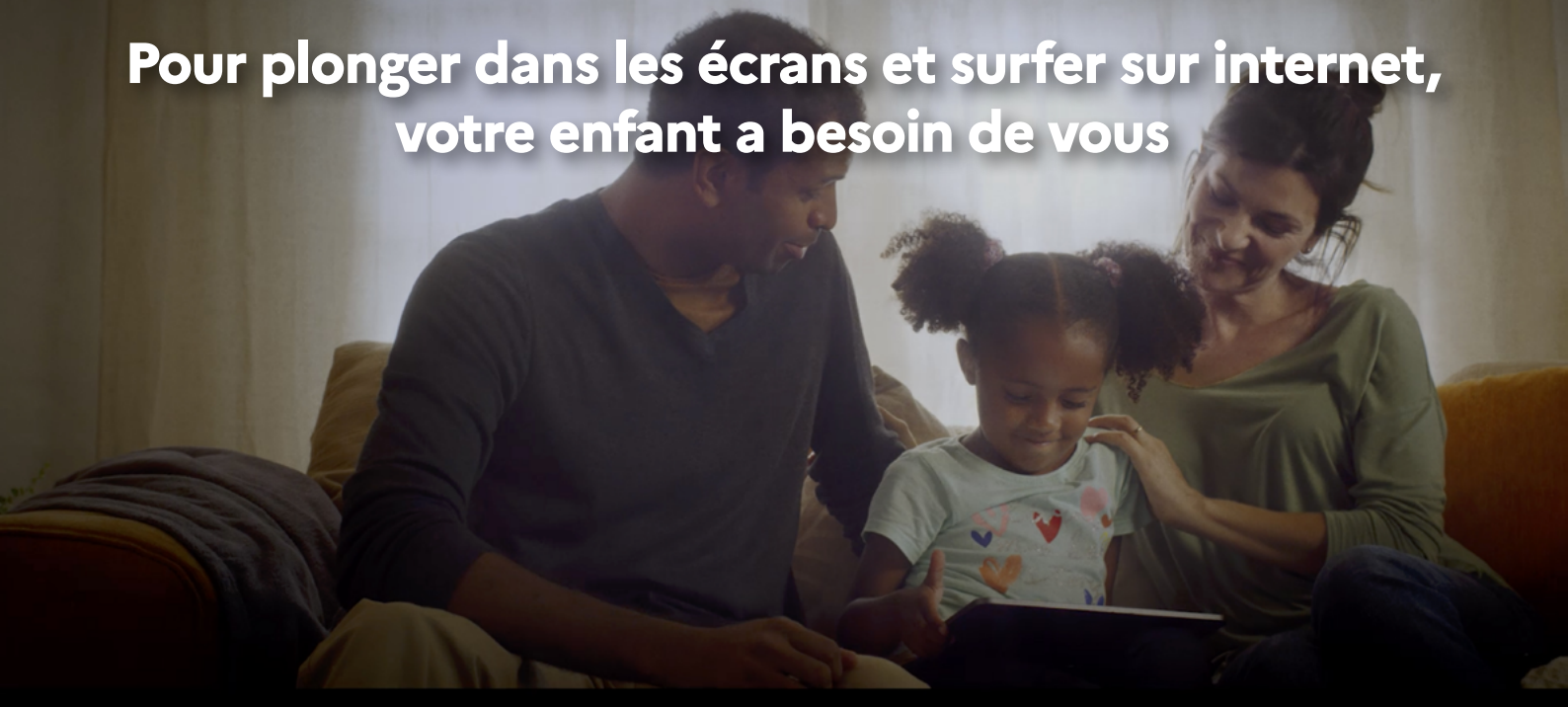


En fonction de l'âge des enfants, plusieurs repères sont primordiaux :



Ces conseils sont issus des recommandations du Haut Conseil de la Santé Publique (HCSP).

**Pour plonger dans les écrans et surfer sur internet,  
votre enfant a besoin de vous**



## **5. Plonger dans les écrans et surfer sur internet**

Le film de la campagne met en scène un père qui apprend à sa fille à appréhender l'eau, à nager et à surfer à différents âges. Un parallèle entre l'immensité de l'océan et celui de l'univers numérique qui rappelle que si les écrans sont utiles, ludiques et éducatifs, ils représentent aussi des risques pour les enfants qui n'y seraient pas suffisamment préparés et accompagnés.

Ce principe créatif est décliné en digital à travers des mises en scène et des situations comparables dans lesquelles les parents portent une attention particulière à leurs enfants : "Pour votre enfant, vous faites très attention à ça. Face aux écrans, êtes-vous aussi vigilant?".

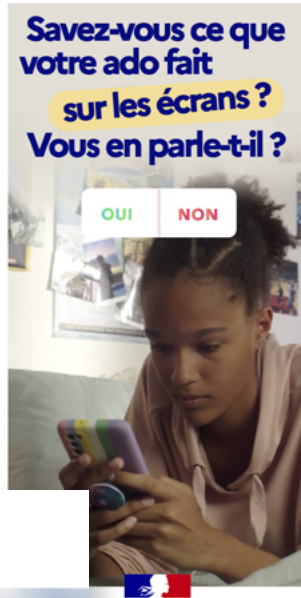




# 6. Une campagne fil rouge et multicanale

Au-delà du *Safer Internet Day*, la campagne s'inscrit dans la durée. Diffusée à titre gracieux en TV, elle est également visible en digital sur les principales plateformes vidéos et réseaux sociaux, ainsi que sur des sites éditeurs et partenaires mobilisés aux côtés du Gouvernement.

Sa diffusion s'accompagne d'un relais auprès d'influenceurs parents de jeunes enfants ou d'adolescents (*digital mums* et *digital dads*).



  
GOUVERNEMENT  
Éducation  
Jeunesse  
Sportifs



7 février 2023

Le Safer Internet Day



La Journée internationale pour un internet plus sûr est déployée chaque année depuis 2004 pour diffuser des messages de prévention et de valorisation de pratiques innovantes concernant les usages numériques des jeunes.

Cette année, elle est l'occasion pour le Gouvernement de lancer sa nouvelle campagne dédiée à la parentalité numérique qui renvoie vers la plateforme dédiée [jeprotegemonenfant.gouv.fr](http://jeprotegemonenfant.gouv.fr).



Un ensemble des contenus qui renvoie vers la plateforme dédiée à la parentalité numérique : [jeprotegemonenfant.gouv.fr](http://jeprotegemonenfant.gouv.fr)



**GOVERNEMENT**

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

## **jeprotectemonenfant.gouv.fr**

---

### **Contact presse**

#### **Services de presse**

Ministère des Solidarités, de l'Autonomie et des Personnes  
handicapées - [sec.presse.cabsolidarites@social.gouv.fr](mailto:sec.presse.cabsolidarites@social.gouv.fr)

Ministère chargé de la Transition numérique et  
des Télécommunications - [presse@numerique.gouv.fr](mailto:presse@numerique.gouv.fr)

Secrétariat d'État chargé de l'Enfance - [presse.enfance@pm.gouv.fr](mailto:presse.enfance@pm.gouv.fr)

#### **Le Bureau de Com**

Julie Chaouat : [jchaouat@lebureaudecom.fr](mailto:jchaouat@lebureaudecom.fr) / 06 84 38 12 21

Elise Ribeiro : [eribeiro@lebureaudecom.fr](mailto:eribeiro@lebureaudecom.fr) / 06 52 94 44 88