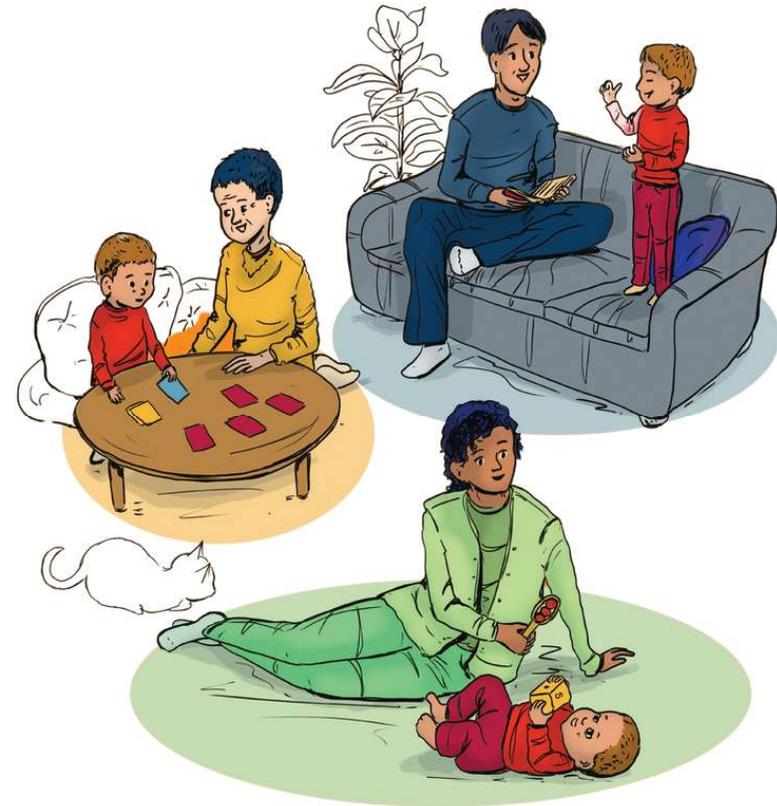


COMPRENDRE LE DÉVELOPPEMENT DE SON ENFANT

Limiter les écrans

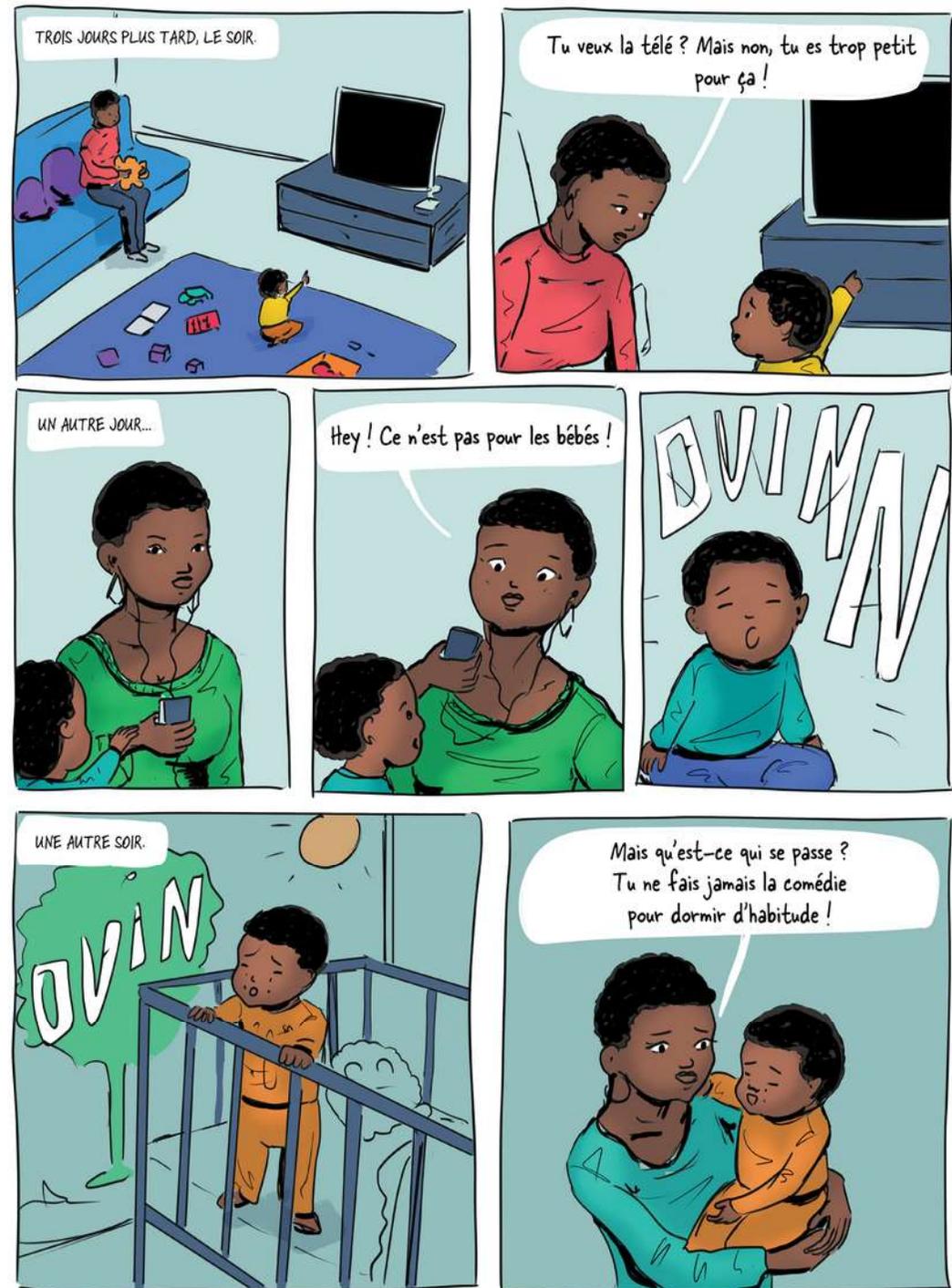


Limiter les écrans, c'est vraiment important



Consultez le site de la Fondation
www.fondation-enfance.org

FONDATION
POUR
L'ENFANCE
reconnue d'utilité publique





Pour aller plus loin

Les contenus de cette brochure sont issus de la BD « De quoi as-tu besoin ?! », Autrices : Gaëlle Guernalec Levy et La Grande Alice Éditions First, 2022.



Pour apprendre en s'amusant, découvrez également EDUKATI, le jeu interactif destiné aux parents et à tous les éducateurs qui gravitent autour de l'enfant.



De plus en plus de spécialistes constatent une corrélation entre un temps d'écran trop important, au détriment d'autres activités indispensables, et des troubles du développement, comme une agitation excessive ou des retards de langage.



En résumé, plus l'enfant est jeune, plus le temps d'écran doit être limité, plus le contenu doit être adapté (rythme plus lent, aucune de violence, etc.), plus le tout-petit doit pouvoir interagir avec son environnement.



Au supermarché, par exemple, tu peux lui parler pendant que tu fais tes courses, décrire ce que tu achètes.



Ça ne te prend pas beaucoup plus de temps, ton enfant est occupé et il apprend de nouveaux mots ! Pas besoin de téléphone.



Je suis désolée, il avait l'air de tellement aimer les dessins animés.



C'était très pratique pour moi, je pouvais faire autre chose pendant ce temps-là.



Je sais bien. De temps en temps, on a besoin que son enfant reste tranquille sans nous solliciter. C'est juste que ces moments devant un écran doivent être limités au maximum.



Et puis surtout, il faut proposer des activités intéressantes pour les tout-petits en dehors du temps d'écran. C'est ça qui va faire la différence.



Le saviez-vous ?

Pour bien se développer sur le plan social, affectif, cognitif, un petit enfant a besoin de relations avec les adultes ou avec d'autres enfants et il a besoin d'explorer son environnement.



Une exposition importante et précoce aux écrans (plusieurs heures par jour pour un enfant de moins de 6 ans) empêche le petit d'être en interaction avec d'autres êtres humains et l'empêche aussi de manipuler les objets présents autour de lui.



Le temps passé devant un écran est comme un temps "volé" à des activités bien plus bénéfiques pour le développement de l'enfant, comme jouer, manipuler, sortir, courir, parler.

