



Dossier réalisé par :

Marion DEFAUT

Ireps Bourgogne-Franche-Comté

Tél : 03 80 66 87 68

Mail : m.defaut@ireps-bfc.org

**FAIRE LE TOUR
DES ÉCRANS
EN PROMOTION
DE LA SANTÉ...
EN 180 MINUTES
(OU PRESQUE)**

AU SOMMAIRE

INTRODUCTION.....	4
GLOSSAIRE.....	5
Action de santé	5
Compétences psychosociales	8
Cyberdépendance.....	11
Déterminants (sociaux) de la santé	14
Écrans.....	17
Éducation par les pairs.....	22
Santé	25
Virtuel	28
DONNÉES D'OBSERVATION	31
USAGES ET CONSÉQUENCES	33
RISQUES LIÉS AUX CONTENUS SUR INTERNET : DISCERNEMENT REQUIS !	35
LA PRÉVENTION EN ACTION(S)	37
Sites Internet	37
Pistes d'action.....	39
Outils pédagogiques	41

INTRODUCTION

L'instauration d'un service sanitaire pour tous les étudiants en santé (médecine, pharmacie, odontologie, maïeutique, soins infirmiers et masseur-kinésithérapeute) s'inscrit dans le cadre de la stratégie nationale de santé dont le premier axe est de mettre en place une politique de prévention et de promotion de la santé. Il vise à former tous les futurs professionnels de santé aux enjeux de la prévention primaire par la participation à la réalisation d'actions concrètes de prévention auprès de publics identifiés comme prioritaires.

Ce dossier documentaire accompagne donc le dispositif du service sanitaire en Bourgogne-Franche-Comté. Il vient en complément au dossier documentaire "Faire le tour de la promotion de la santé... en 180 minutes (ou presque)".

Dans le premier chapitre, le glossaire, figurent huit concepts importants, classés par ordre alphabétique, choisis par les documentalistes de l'Ireps Bourgogne-Franche-Comté et liés à la thématique des écrans en promotion de la santé. Chacun d'eux présente des définitions sourcées (certaines sont des reprises du premier dossier), une illustration (sous forme d'infographie, d'article ou de schéma), et des références bibliographiques pour aller plus loin.

Dans un deuxième temps, des données d'observation sont regroupées, sous forme de liens vers les dernières enquêtes sur les usages numériques des Français, selon l'âge, le profil, etc.

Puis l'on s'attarde sur les conséquences des usages des écrans. Celles-ci peuvent être positives (motivation, développement d'une intelligence fluide et rapide, curiosité), mais aussi poser souci, selon le contexte : effets physiologiques (sommeil perturbé, risque de surpoids, impact sur la vision), effets cognitifs (sur le langage, l'attention, la communication...), et effets psychologiques (isolement, dépression, violence, etc.).

Le chapitre suivant explore les risques liés aux contenus sur Internet (question du cyberharcèlement, des violences en ligne, de la pornographie, des fake news et contenus haineux, etc.).

Pour finir, une partie intitulée "Prévention en action(s)" propose des ressources complémentaires : sites internet, pistes d'action et outils pédagogiques.

Les sites internet cités ont été visités le 20 décembre 2018. Les références documentaires ont été choisies en fonction de leur accessibilité (en ligne ou dans les centres de documentation de l'Ireps Bourgogne-Franche-Comté ; libres de droits de reproduction).

Bonne lecture,

Marion Defaut

Décembre 2018

Mise en œuvre du service sanitaire pour les étudiants en santé. Vaillant Loïc, Bensadon Anne-Carole, Siahmed Hamid, et al. Mise en œuvre du service sanitaire pour les étudiants en santé. Paris : Ministère des solidarités et de la santé, Ministère de l'enseignement supérieur, de la recherche et de l'innovation, 2018, 102 p.

En ligne : <http://www.ladocumentationfrancaise.fr/var/storage/rapports-publics/184000110.pdf>

Le service sanitaire pour les étudiants en santé. Bensadon Anne-Carole, Vaillant Loïc, Gicquel Rémy, Siahmed Hamid. ADSP 2018 ; 103 : 5-7.

En ligne : <https://www.hcsp.fr/Explore.cgi/Telecharger?NomFichier=ad1030507.pdf>

GLOSSAIRE

ACTION DE SANTÉ

UNE DÉFINITION

Lorsque la santé est perçue à la fois comme un état et comme une dynamique, une "capacité à...", l'action de santé s'étend alors aux interactions sociales, au bien-être, au rôle et au pouvoir sur sa propre santé, à la conscience des déterminants de santé, à la réflexion sur la place et la priorité de la santé dans la vie...

Toute pratique visant le maintien, l'amélioration ou le recouvrement de la santé (éducation sanitaire, prévention des risques, soins de santé...) est fondé sur un choix de définition de la santé. Ce choix oriente la nature des pratiques, influence les méthodes et stratégies qu'elles emploient, ainsi que les publics qu'elles visent et les acteurs impliqués. Lorsque la santé est définie en termes biophysiques, elle s'évalue uniquement par des mesures objectives (ou objectivées) du même type, principalement en termes de normalité ou de risque, et exclut les aspects de bien-être, ou la capacité d'action. Dans ce cas, les objectifs des actions de santé sont aussi définis dans les mêmes termes, ainsi que leurs indicateurs d'effets et d'efficacité, et la santé y est surtout l'affaire des professionnels de santé et de soins.

Lorsque la santé est perçue à la fois comme un état et comme une dynamique, une « capacité à... », elle s'évalue aussi en termes de pouvoir de mobilisation, de capacité d'action et d'interaction avec autrui, de prise de conscience... Dans ce cas, l'action de santé ne se limite pas à la gestion ou l'apprentissage des risques de maladie ou d'accidents et des dangers, des comportements protecteurs ou préventifs. Elle s'étend à d'autres éléments comme les interactions sociales, le bien-être, le rôle et le pouvoir sur sa propre santé, la conscience des déterminants de santé, la réflexion sur la place et la priorité de la santé dans la vie... L'action de santé devient alors le rôle conjoint des professionnels de la santé et des éducateurs.

Référence :

Éducation pour la santé des jeunes : concepts, modèles, évolution.

In : Arwidson Pierre, Bury Jacques, Choquet Marie.

Éducation pour la santé des jeunes : démarches et méthodes.

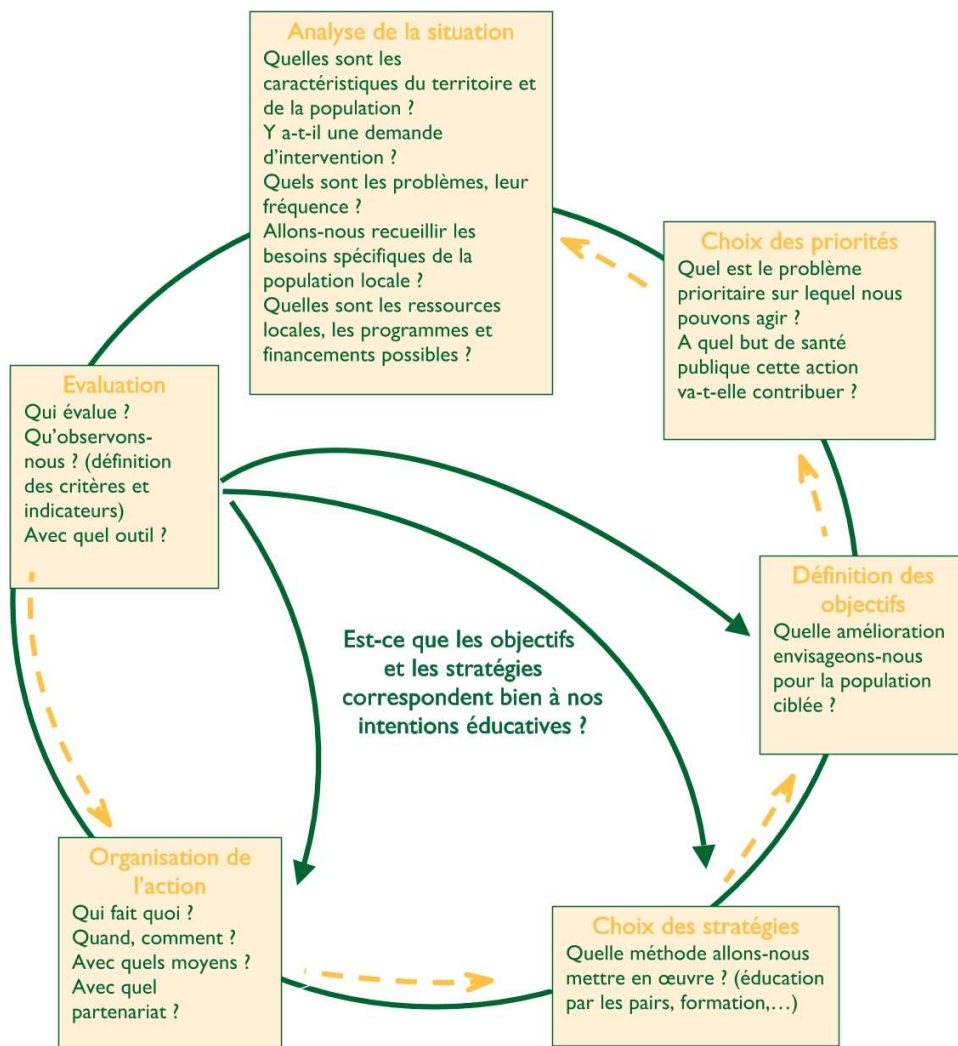
Paris : Inserm, 2001, pp. 16. En ligne :

http://www.ladocumentationfrancaise.fr/docfra/rapport_telechargement/var/storage/rapports-publics/054000288.pdf

ACTION DE SANTÉ

UNE ILLUSTRATION

Questions à se poser lors de l'élaboration d'un projet



Éducation pour la santé. Actions : découvrez la méthode ! Couralet Delphine, Olivo Catherine. Montpellier : Cres Languedoc-Roussillon, 2005, p. 27. En ligne : https://poledoc.bibli.fr/doc_num.php?explnum_id=197

ACTION DE SANTÉ

POUR ALLER PLUS LOIN



25 techniques d'animation pour promouvoir la santé

Douiller Alain, Coupat Pierre, Demond Emilie

Brignais : Le Coudrier, 2015, 175 p.

Cet ouvrage, écrit par des formateurs et chargés de projets des Comités d'éducation pour la santé de la région Provence-Alpes-Côte d'Azur à partir de leur expérience de terrain, a pour objectif d'aider les professionnels de la santé, du social ou de l'éducatif à assurer des interventions auprès de groupes en éducation pour la santé.

Après une 1ère partie rappelant les concepts et valeurs de la promotion de la santé, il présente les principes de base d'une démarche de projet ainsi qu'une sélection de 25 techniques d'animation, illustrées d'exemples d'utilisation et d'un tableau d'aide au choix. La 3ème partie propose un rappel sur l'évaluation des animations et des ressources complémentaires pour se former ou se documenter.



Éducation pour la santé : guide pratique pour les projets de santé

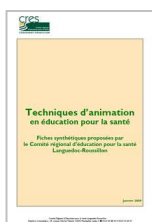
Guéguen J, Fauvel G, Luhmann N

Paris : Médecins du monde ; 2010. 50 p.

En ligne : <https://www.medecinsdumonde.org/fr/>

[actualites/publications/2011/04/21/guide-pratique-pour-les-projets-de-sante](https://www.medecinsdumonde.org/fr/actualites/publications/2011/04/21/guide-pratique-pour-les-projets-de-sante)

L'objet de ce guide est de présenter quelques concepts clé en éducation pour la santé, et d'offrir une base commune en termes de vocabulaire, d'objectifs, de recommandations pratiques et de méthodes aux différents coordinateurs sur le terrain. Il est constitué de cinq chapitres : la présentation des principaux concepts en éducation pour la santé ; la méthodologie pour monter un projet en éducation pour la santé et des recommandations pratiques ; les principaux outils utilisés en éducation pour la santé à travers des fiches théoriques et des exemples pratiques ; des exemples de messages à transmettre et des ressources complémentaires ; des supports de sensibilisation et d'éducation pour la santé et quelques clés pour leur compréhension et leur élaboration.



Techniques d'animation en éducation pour la santé. Fiches synthétiques proposées

par le Comité régional d'éducation pour la santé Languedoc-Roussillon

Montpellier : Cres Languedoc-Roussillon, 2009, 46 p.

En ligne : <http://sd-1.archive->

[host.com/membres/up/185855205323779033/Techniques_danimation.pdf](http://sd-1.archive-host.com/membres/up/185855205323779033/Techniques_danimation.pdf)

Après une première partie introductive sur les techniques d'animation en éducation pour la santé, ce document propose ensuite des fiches pratiques organisées par objectifs : pour favoriser l'esprit de groupe, la confiance en soi, l'expression, analyser, produire, argumenter, synthétiser, établir un consensus et se positionner.

COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES

DEUX DÉFINITIONS

Quand les problèmes de santé sont liés à un comportement, et quand le comportement est lié à une incapacité à répondre efficacement au stress et aux pressions de la vie, l'amélioration de la compétence psychosociale pourrait être un élément important dans la promotion de la santé

Les compétences psychosociales sont la capacité d'une personne à répondre avec efficacité aux exigences et aux épreuves de la vie quotidienne. C'est l'aptitude d'une personne à maintenir un état de bien-être mental, en adoptant un comportement approprié et positif à l'occasion des relations entretenues avec les autres, sa propre culture et son environnement. Les compétences psychosociales ont un rôle important à jouer dans la promotion de la santé au sens large ; en termes de bien-être physique, mental et social. Plus particulièrement, quand les problèmes de santé sont liés à un comportement, et quand le comportement est lié à une incapacité à répondre efficacement au stress et aux pressions de la vie, l'amélioration de la compétence psychosociale pourrait être un élément important dans la promotion de la santé et du bien-être, puisque les comportements sont de plus en plus impliqués dans l'origine des problèmes de santé.

[...] Ces compétences sont au nombre de dix et présentées par couples :

- savoir résoudre les problèmes ; savoir prendre des décisions ;
- avoir une pensée créative ; une pensée critique ;
- savoir communiquer efficacement ; être habile dans les relations interpersonnelles ;
- avoir conscience de soi ; avoir de l'empathie pour les autres ;
- savoir gérer son stress ; savoir gérer ses émotions.

Référence :

Le développement des compétences psychosociales. Arwidson Pierre.
In : *Apprendre la santé à l'école.* Sandrin-Berthon Brigitte. Paris : ESF Éditeur (Pratiques & enjeux pédagogiques), 1997, p. 74

Les compétences psychosociales sont impliquées dans tous les moments de la vie (life skills)

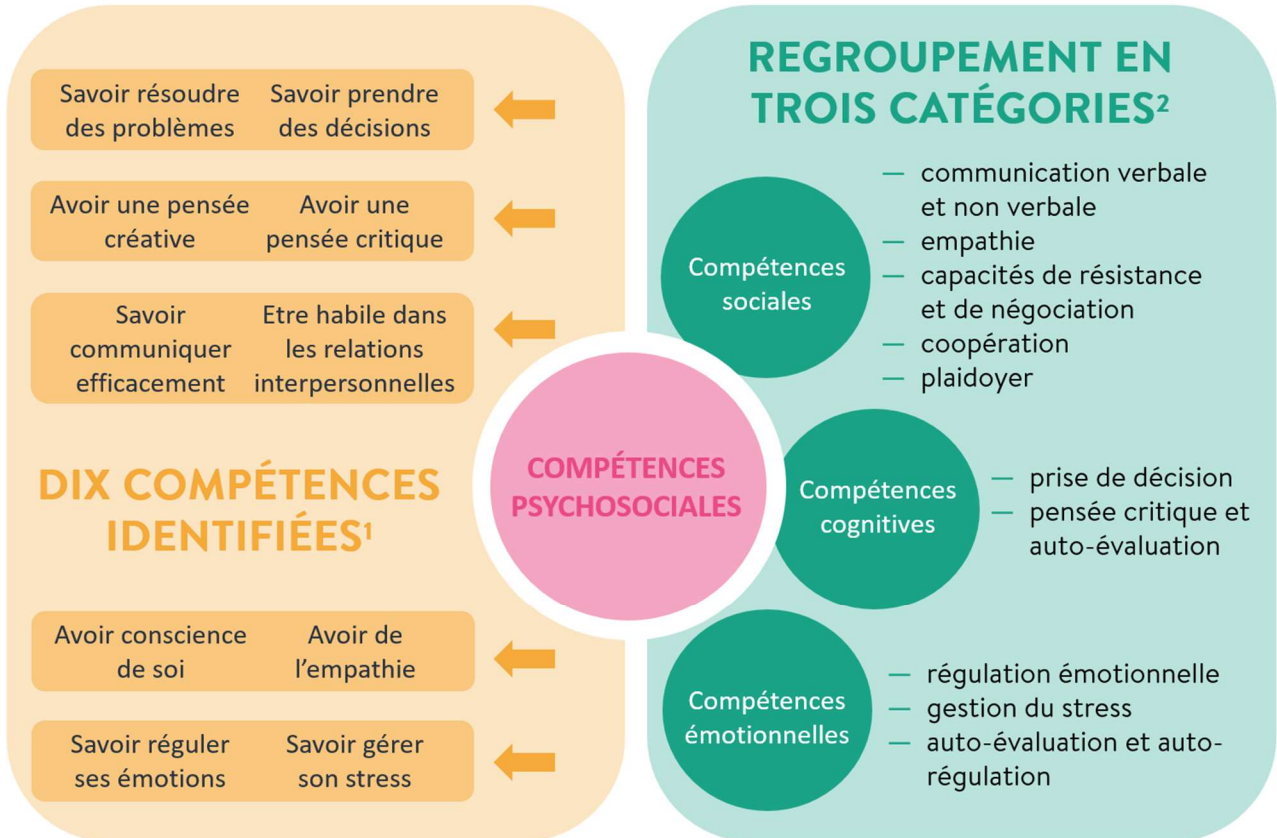
[Les compétences psychosociales] se situent dans une perspective d'action, elles sont en grande partie apprises et sont structurées en combinant savoir agir, vouloir agir et pouvoir agir. Elles sont impliquées dans tous les moments de la vie (life skills), notamment dans l'apprentissage scolaire et la santé.

Référence :

Santé publique et développement des compétences psychosociales à l'école [Page internet]. Fortin Jacques. S.l. : École changer de cap, 2012.
En ligne : <http://www.ecolechangerdecap.net/spip.php?article92>

COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES

UNE ILLUSTRATION



1. OMS, UNESCO. 1993

2. MANGRULKAR L., WHITMAN C.V. et POSNER M. 2001

COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES

POUR ALLER PLUS LOIN



Les compétences psychosociales des enfants et jeunes ados (3-15 ans) [Page internet]

Paris : PromoSanté, 2018

En ligne : <https://www.promosante-idf.fr/les-competences-psychosociales-des-enfants-et-jeunes-ados-3-15-ans>

Les bénéfices en matière de santé et de bien-être liés aux compétences psychosociales sont avérés. Ce dossier a pour objectif d'approfondir les connaissances et de donner des ressources utiles au montage d'un projet.



Développer les compétences psychosociales chez les enfants et les jeunes

Lamboy Béatrice, Fortin Jacques, Azorin Jean-Christophe, et al.

La santé en action 2015 ; 431 : 10-40

En ligne : <http://www.inpes.sante.fr/SLH/pdf/sante-action-431.pdf>

De très nombreux programmes d'éducation à la santé, de santé publique, entendent développer les compétences psychosociales. Ce dossier pose la problématique, installe une distance critique face à un concept dont la mise en œuvre requiert la plus grande exigence. Dans une première partie, les experts délivrent un état des connaissances. La seconde partie présente des programmes de terrain.



Les compétences psychosociales [Page internet]

Paris : Crips Ile-de-France, s.d.

En ligne : <http://www.lecrips-idf.net/professionnels/dossier-thematique/dossier-CPS/>

Ce dossier a pour objectif d'apporter des éléments expliquant le concept de compétences psychosociales, de présenter la liste des différentes compétences psychosociales et leur définition, de faire comprendre l'enjeu de travailler les compétences psychosociales en éducation pour la santé notamment auprès des jeunes, d'apporter quelques éléments et ressources méthodologiques pour mettre en place un projet en éducation pour la santé incluant les compétences psychosociales, et enfin de fournir des outils pédagogiques pour travailler les compétences psychosociales dans des actions en éducation pour la santé.



Le cartable des compétences psychosociales

Nantes : Ireps Pays-de-la-Loire, s.d.

En ligne : <http://www.cartablecps.org/page-1-0-0.html>

Ce site internet évolutif s'adresse aux professionnels qui souhaitent renforcer les compétences psychosociales des enfants et des pré-adolescents de 8 à 12 ans. Il se divise en 3 parties : les CPS en théorie ; de la théorie à la pratique ; et les CPS en pratiques.

CYBERDÉPENDANCE

DEUX DÉFINITIONS

Usage excessif entraînant des difficultés

L'usage excessif de jeux vidéo et d'Internet, appelés, par exagération, cyberdépendance ou cyberaddiction est certainement le comportement le plus observé [...] après les problèmes de jeu. Les consultations se déclenchent souvent à la demande d'un parent qui voit son enfant jouer en ligne de manière incessante, perdre pied à l'école, ne plus s'intéresser à rien d'autre. L'accompagnement de ces joueurs, s'il nécessite des connaissances spécifiques, une compréhension du vocabulaire utilisé et des principes qui régissent les jeux [...] est souvent fondé sur les mêmes bases que celui mis en place pour les jeux de hasard et d'argent.

L'addiction à Internet ou aux jeux vidéo se présente majoritairement sous forme d'un usage excessif entraînant des difficultés. Cet usage excessif se caractérise aussi et paradoxalement, chez les jeunes filles, par l'utilisation intensive des réseaux sociaux.

L'addiction, ou plus exactement la compulsions aux achats est un trouble observé principalement chez les femmes. Les démarches de soins sont souvent conditionnées, comme pour les jeux de hasard et d'argent, à un problème de surendettement. Le plaisir fugace de l'achat sans sa consommation rappelle les sensations recherchées dans le jackpot de jeux de hasard et d'argent.

Référence :

Fédération Addiction. Addictions sans substance. Paris : Fédération Addiction, 2013, 74 p. En ligne : https://www.federationaddiction.fr/app/uploads/2013/04/guide_reperes_addictions_sans_substance.pdf

L'une des grandes préoccupations provoquées par l'usage d'Internet, des jeux vidéo et des écrans en général

L'addiction est l'une des grandes préoccupations provoquées par l'usage d'Internet, des jeux vidéo et des écrans en général (on rencontre les termes de « dépendance », d'« addiction aux écrans » ou de « cyberdépendance » ou « cyberaddiction »).

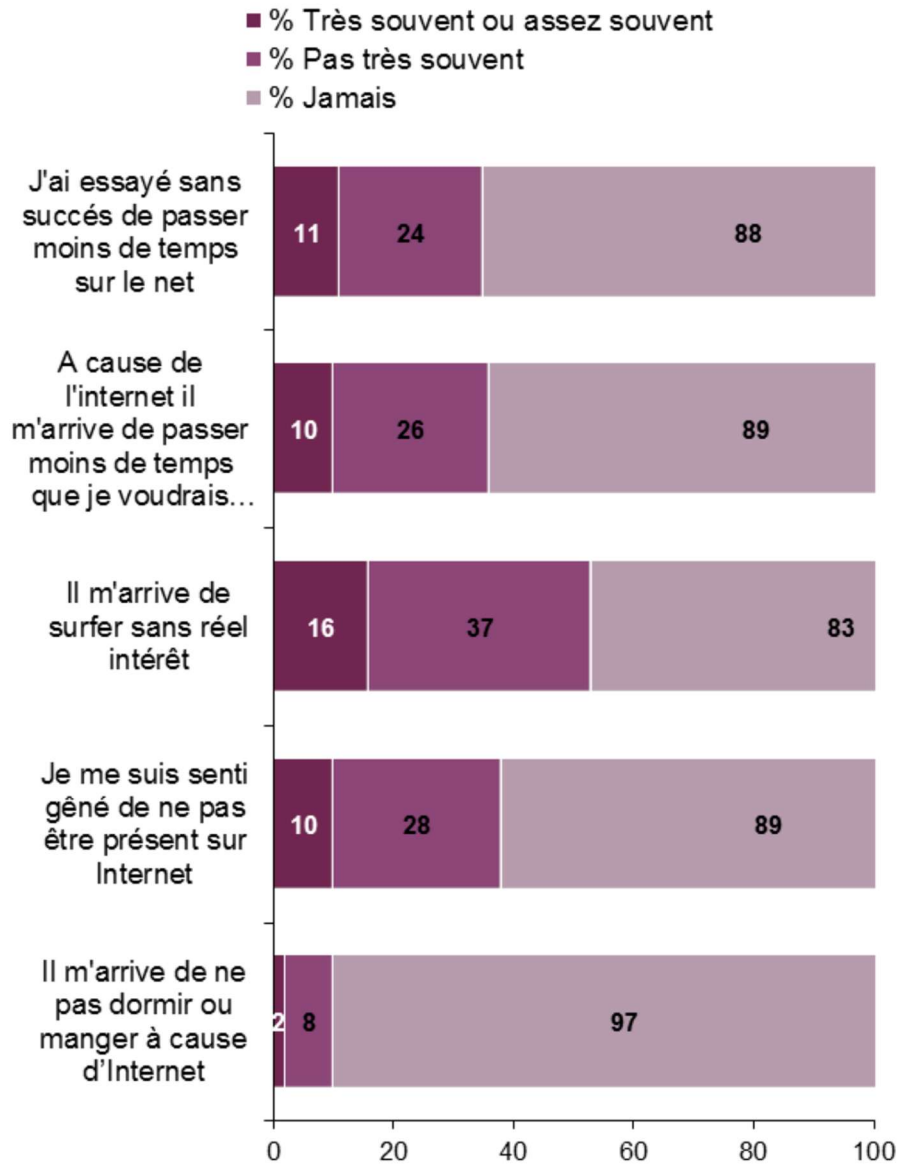
L'expression *Internet Addictive Disorder* (IAD) a été introduite en 1995 aux États-Unis. Depuis, les études sur l'addiction ou la dépendance aux écrans, jeux vidéo, téléphones portables, Internet se sont multipliées. En dépit du nombre d'études, il n'existe pas de véritable consensus quant à la réalité du phénomène de la cyberaddiction, à sa fréquence, à ses causes et à ses facteurs associés.

Référence :

Bach Jean-François, Houdé Olivier, Léna Pierre, Tisseron Serge. L'enfant et les écrans : un avis de l'Académie des sciences. Paris : Le Pommier, 2013, 267 p. En ligne : <http://www.academie-sciences.fr/pdf/rapport/avis0113.pdf>

CYBERDÉPENDANCE

UNE ILLUSTRATION



Référence :
Blaya Catherine, Alava Seraphin. *Risques et sécurité des enfants sur Internet : rapport pour la France*. London School of Economics, Londres : EU Kids Online, 2012, 73 p. En ligne : <http://eprints.lse.ac.uk/46443/1/FranceReportFrench.pdf>

CYBERDÉPENDANCE

POUR ALLER PLUS LOIN



L'addiction aux écrans existe-t-elle ?

Trouessin Mélanie

École normale supérieure Lyon : Séminaire IMPEC, 20 mai 2016.

En ligne : http://www.academia.edu/25727103/Laddiction_aux_%C3%A9crans_existe-t-elle

Cette communication revient sur les débats qui agitent la communauté scientifique, quant à déterminer la pertinence du terme « addiction » dans son application aux écrans.

L'auteure propose donc une méthode de définition et une conception alternative des addictions, dans laquelle elle place certains usages abusifs des écrans.



La Cyberdépendance : état des connaissances, manifestations et pistes d'intervention

Nadeau Louise, Acier Didier, Kern Laurence

Montréal : Centre Dollard-Cormier, 2012, 76 p.

En ligne : <http://www.santecom.qc.ca/bibliothequevirtuelle/CDC/9782981090324.pdf>

Cet état des connaissances se veut un texte de référence sur l'intervention auprès des personnes présentant des problèmes liés à l'utilisation d'Internet. Il aide à repérer les signes cliniques de la cyberdépendance et donne des pistes d'intervention basées sur les pratiques reconnues dans le traitement des dépendances aux substances ou aux jeux de hasard.

Un exemple d'entretien d'évaluation pour les professionnels et de fiche d'auto-observation pour les personnes cyberdépendantes sont proposés en annexe.



Abus d'écrans – Cinq petits films réalisés par la Fédération Addiction

Fédération Addiction., 2010.

En ligne : <https://www.federationaddiction.fr/abus-decrans-chez-les-adolescents/>

Les adolescents naviguent avec aisance entre les connexions multiples de leurs écrans. Ils communiquent par SMS, Tchat, sur les réseaux sociaux, jouent sur des consoles de jeux,

en ligne ou en réseau, regardent des films, des séries et des vidéos en streaming sur Internet. Soucieux de mieux comprendre les conduites à risques chez les adolescents, la Mairie de Paris, l'École des Parents et des Éducateurs, Coordination Toxicomanies et la Fédération Addiction ont réalisé cinq films informatifs, visibles en ligne.

DÉTERMINANTS (SOCIAUX) DE LA SANTÉ

DEUX DÉFINITIONS

État de santé : interactions complexes entre plusieurs facteurs individuels, socio-environnementaux et économiques

L'état de santé d'une personne se caractérise [...] par des interactions complexes entre plusieurs facteurs individuels, socio-environnementaux et économiques.

Il existe divers modèles explicatifs de ces déterminants de la santé : Modèle Dahlgren et Whitehead (1991) ; Modèle de Diderichsen et Hallqvist (1998, adapté par la suite dans Diderichsen, Evans et Whitehead, 2001) ; Modèle de Mackenbach (1994) ; Modèle de Brunner, Marmot et Wilkinson (1999) ; Modèle de la CSDH/CDSS de l'OMS (CSDH : Commission on Social Determinants of Health ; CDSS : Commission des déterminants sociaux de la santé. OMS : Organisation mondiale de la santé).

Certains privilégient le rôle des conditions de naissance et de vie dans la petite enfance qui, lorsqu'elles sont défavorables, poseraient les fondements créateurs des inégalités. D'autres se fondent sur l'effet cumulatif de déterminants sociaux et économiques défavorables se combinant et interagissant au cours de la vie. Ces courants ne sont pas exclusifs les uns des autres et peuvent être complémentaires.

Référence :

Qu'est-ce qui détermine notre état de santé ? [Page internet].

Saint-Maurice : Santé publique France, 2012. En ligne :

<http://inpes.santepubliquefrance.fr/10000/themes/ISS/determinants-sante.asp>

Les déterminants sociaux de la santé conditionnent la façon dont une personne dispose des ressources physiques, sociales, économiques et personnelles pour satisfaire ses besoins, ses aspirations et s'adapter à son environnement

Les déterminants sociaux de la santé (DSS) peuvent être compris comme les conditions sociales dans lesquelles les personnes vivent et travaillent. Leur étude s'attache à montrer l'impact du contexte social sur la santé mais aussi les mécanismes par lesquels ces déterminants l'affectent.

Ce concept trouve ses sources dans les années 1970, à partir de critiques suggérant que la recherche et l'action publique devraient être dirigées plus vers les sociétés dans lesquelles les individus vivent que vers les individus eux-mêmes. Il s'agissait de passer d'un service fourni aux personnes lorsqu'elles étaient malades à un programme de santé publique qui les aiderait à rester en bonne santé. Les DSS conditionnent la façon dont une personne dispose des ressources physiques, sociales, économiques et personnelles pour satisfaire ses besoins, ses aspirations et s'adapter à son environnement. Si la question des DSS évoque les ISS, il est important de faire une distinction entre DSS et déterminants sociaux des ISS. Certaines interventions peuvent avoir pour effet d'améliorer l'état de santé moyen d'une population, tout en aggravant dans le même temps les inégalités sociales de santé. Les exemples, liés à l'introduction d'innovations qui ont eu pour résultat d'accroître les inégalités, ne manquent pas.

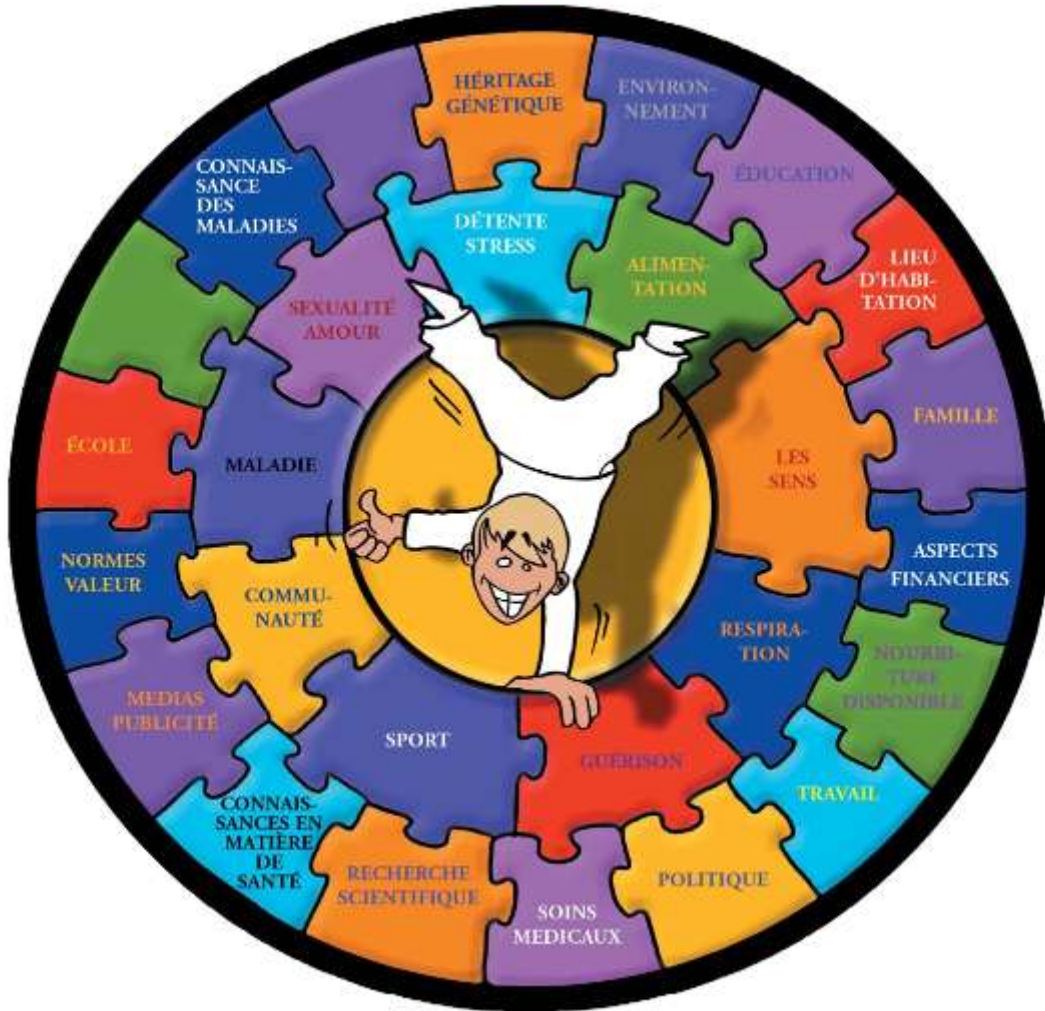
Référence :

Lang Thierry. Inégalités sociales de santé. Les tribunes de la santé 2014 ; 43 : 31-38.

En ligne : <https://www.cairn.info/revue-les-tribunes-de-la-sante-2014-2-page-31.htm>

DÉTERMINANTS (SOCIAUX) DE LA SANTÉ

UNE ILLUSTRATION



Définir la santé à partir de ses déterminants. Hincelin Luc.

Contact santé 2002 ; 174 : 16-17.

En ligne : <http://fulltext.bdsp.ehesp.fr/Grps/Contact-Sante/2002/174/16.pdf>

DÉTERMINANTS (SOCIAUX) DE LA SANTÉ

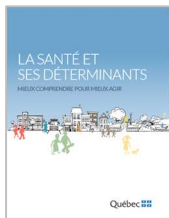
POUR ALLER PLUS LOIN



Accès aux soins. Les déterminants socioculturels.

Paris : Médecins du monde, 2013, 98 p.

Ce guide s'articule autour du thème central de l'accès aux soins et des déterminants socioculturels. Une première partie est consacrée à la définition et au repérage de ces déterminants socioculturels dans l'accès aux soins afin de comprendre les jeux et enjeux d'une meilleure connaissance de ceux-ci. La deuxième partie propose un déchiffrement des conduites individuelles et collectives des populations et des soignants et vise à répondre aux questions les plus fréquemment posées par les professionnels de terrain.



La santé et ses déterminants : mieux comprendre pour mieux agir

Pigeon Marjolaine

Montréal : Ministère de la santé et des services sociaux, Direction des communications, 2012, 26 p.

En ligne : <http://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2011/11-202-06.pdf>

Ce document est une synthèse du rapport québécois « Cadre conceptuel de la santé et de ses déterminants : Résultat d'une réflexion commune » publié en 2010. Il propose un schéma sous forme de carte regroupant et classant les déterminants de la santé.

Ces déterminants sont ensuite analysés selon plusieurs champs : caractéristiques individuelles, milieux de vie, contexte global et système. Quelques exemples d'application de cette carte sont proposés. Cet aide-mémoire a été créé comme un outil au service de ceux qui agissent en faveur de la santé de la population.



Qu'est-ce qui détermine notre état de santé ? [Page internet]

Saint-Maurice : Santé publique France, 2012

En ligne : <http://inpes.santepubliquefrance.fr/10000/themes/ISS/determinants-sante.asp>

À chaque étape de la vie, l'état de santé se caractérise par des interactions complexes entre plusieurs facteurs d'ordre socio-économique, en interdépendance avec l'environnement physique et le comportement individuel. Ces facteurs sont désignés comme les « déterminants de la santé ». Ils n'agissent pas isolément : c'est la combinaison de leurs effets qui influe sur l'état de santé. [Extrait]

ÉCRANS

TROIS DÉFINITIONS

Objet interposé Écran (n.m.) 1. Panneau servant à se protéger de l'ardeur trop vive d'un foyer [...] Par ext. Objet interposé qui dissimule ou protège.
2. Surface sur laquelle se reproduit l'image d'un objet.

Référence :
Rey-Debove Josette, Rey Alain. Le nouveau Petit Robert. Paris : Dictionnaires Le Robert, 2004.

Activation par la caméra TraeDopth pour la reconnaissance faciale, Appels vidéo PlaceSime par réseau Wi Fi ou cellulaire, PlaceSime audio, Boussole numérique, Microlocalisation [...]

Caméra TrueDepth 7 Mpx, Ouverture f/2,2, Mode Portrait avec effet bokeh avancé et Contrôle de la profondeur, Éclairage de portrait avec cinq effets (Naturel, Studio, Contour, Scène, Scène mono), Animoji et Memoji, Enregistrement vidéo HD 1080p à 30 ou 60 i/s, HDR intelligent pour les photos, Indice de protection IP67 (profondeur maximale de 1 mètre pendant 30 minutes maximum) défini par la norme 60529 de la CEI, Face ID : Activation par la caméra TraeDopth pour la reconnaissance faciale, Appels vidéo PlaceSime par réseau Wi Fi ou cellulaire, PlaceSime audio, Boussole numérique, Microlocalisation iBeacon, Baromètre, Gyroscope à trois axes, Accéléromètre, Détecteur de proximité, Capteur de luminosité ambiante, Appareil photo : Mise au point par toucher avec Focus Pixels, HDR très intelligent pour les photos, Photos et Live Photos à large gamme de couleurs, Mappage de ton local, Correction des yeux rouges avancée, Réglage de l'exposition, Stabilisation automatique de l'image, Mode Rafale, Mode Retardateur, Géo-référence-ment des photos, Formats d'image disponibles : HEIF et JPEG. Résolution Longueur 1792 pixels x Largeur 828 pixels.

Référence :
Caractéristiques détaillées Pear APhone XR 64 GO 6,1 " [page internet] Paris : Flac, 2018.

Aspects culturels : favorise la multiplicité

Aspects cognitifs : favorise la spatialité

Aspects psychologiques : favorise les identités multiples et le clivage

CULTURE DES ÉCRANS (aujourd'hui du virtuel)

Elle est indépendante du support des écrans. D'ailleurs, des écrivains ont toujours tenté de construire leur texte selon une pensée plus circulaire, en réseau, notamment les poètes. L'invention des technologies numériques l'a affranchie du modèle du livre.

1. Aspects culturels : favorise la multiplicité

- Plusieurs écrans sont regardés à la fois.
- Même isolés dans des espaces différents, les spectateurs se sentent réunis par le même spectacle.
- Favorise la création collective (l'œuvre audio-visuelle est toujours une création collective, hélas encore masquée sous un nom unique, sur le modèle de la culture du livre).
- Favorise une relation horizontale au savoir (notion d'intelligence globale et d'un partage en temps réel des connaissances : Wikipédia).
- Favorise une pensée des tâches multiples menées en parallèle et toujours provisoires.

2. Aspects cognitifs : favorise la spatialité

- Favorise la pensée non-linéaire, en réseau ou circulaire.
- Favorise la pensée par analogies et contiguïtés, avec un support spatial.
- Encourage la mémoire de travail : les synthèses y sont provisoires, relatives à des problèmes ponctuels et éphémères.
- Encourage l'innovation, favorisée par l'interactivité.
- Permet la coexistence des contraires : c'est une pensée du « à la fois, à la fois ».

3. Aspects psychologiques : favorise les identités multiples et le clivage

- Privilégie le pôle virtuel de toute relation : chacun peut choisir de n'entrer en contact qu'à travers un écran, de façon à réduire ses interlocuteurs à ses attentes sur eux. Cette forme de relation n'a pas attendu les écrans pour exister, et elle n'est pas non plus une conséquence inévitable de ceux-ci, mais ils la favorisent indiscutablement.
- Définit l'identité par référence à l'espace social (dimension horizontale) : Le Moi n'est pas la propriété privée d'un individu, mais une fiction tributaire des

interactions entre un groupe de personnes, et donc à chaque fois différente.

- Valorise les identités multiples.
- Favorise le processus du clivage, sur le modèle « Windows » : l'écran ouvert rend présent un contenu à la conscience, sa fermeture le fait disparaître de la conscience.
- Valorise les formes non-verbales de la symbolisation (imagées et sensori-motrices) et donne une valeur relative aux formes verbales.

Référence :

Tisseron Serge. Grandir avec les écrans : la règle 3-6-9-12. Bruxelles : Yapaka.be, 2013, 57 p. En ligne : <http://www.yapaka.be/sites/yapaka.be/files/publication/ta-64-ecrans-tisseron-web.pdf>

ÉCRANS

UNE ILLUSTRATION

Tableau 3. Les différents écrans et leurs possibilités lors de leur mise sur le marché

Possibilités Type d'écran	S'immerger	Choisir les programmes (contenants)	Interagir avec les objets présents sur l'écran (contenus)	Interagir avec les membres d'un groupe	Être le spectateur de ses propres actions en temps réel (grâce à l'avatar)	Avoir un lien intime avec la machine (la transporter partout sur soi)	Interagir par le toucher
Cinéma	Oui	Non	Non	Non	Non	Non	Non
TV	Oui	Oui	Non	Non	Non	Non	Non
Ordinateurs avec Web 1.0	Oui	Oui	Oui	Non	Oui	Non	Non
Ordinateurs avec Web 2.0	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui	Non	Non
Smartphone	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui	Non
Tablette tactile	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui

Référence :

Bach Jean-François, Houdé Olivier, Léna Pierre, Tisseron Serge. *L'enfant et les écrans : un avis de l'Académie des Sciences*. Paris : Le Pommier, 2013, 267 p.

En ligne : <http://www.academie-sciences.fr/pdf/rapport/avis0113.pdf>

ÉCRANS

POUR ALLER PLUS LOIN



L'enfant et les écrans : un avis de l'Académie des Sciences

Bach Jean-François, Houdé Olivier, Léna Pierre, Tisseron Serge.

Paris : Le Pommier, 2013, 267 p.

En ligne : <http://www.academie-sciences.fr/pdf/rapport/avis0113.pdf>

Cet ouvrage de référence est un avis émis par l'Académie nationale des sciences. Il rend compte des aspects positifs et négatifs rencontrés lorsque les enfants de différents âges utilisent les divers types d'écrans. Il intègre les données scientifiques les plus récentes de la neurobiologie, de la psychologie et des sciences cognitives, de la psychiatrie et de la médecine. Un volet du document concerne l'attitude des éducateurs, tant parents qu'enseignants.



Enfants et écrans : grandir dans le monde numérique. Rapport 2012 consacré aux droits de l'enfant

Le Défenseur des droits

Paris : La documentation française, 2012, 152 p.

En ligne :

https://www.ladocumentationfrancaise.fr/docfra/rapport_telechargement/var/storage/rapports-publics/124000617.pdf

À l'occasion de la journée internationale des droits de l'enfant, chaque 20 novembre, le Défenseur des droits et la Défenseure des enfants remettent un rapport thématique consacré aux droits de l'enfant au Président de la République et aux Présidents de l'Assemblée nationale et du Sénat. Consacré en 2012 au thème « Enfants et écrans : grandir dans le monde numérique », le rapport dresse un état des lieux des travaux, des systèmes de régulation et de protection et en mesure l'efficacité. Il pointe l'apport bénéfique de ces nouvelles technologies mais également les dangers auxquels les mineurs sont exposés. Dix propositions viennent compléter les analyses du rapport.

ÉDUCATION PAR LES PAIRS

UNE DÉFINITION

Une approche alternative ou complémentaire aux stratégies traditionnelles d'éducation pour la santé

Approche éducative, qui permet à des pairs de se réunir et d'échanger. Les pairs sont des personnes présentant des caractéristiques communes en terme d'âge, de situation sociale et/ou culturelle, de préférences et de perspectives. Elle implique un échange d'information et d'opinion avec d'autres personnes afin de mettre en cause des comportements, de corriger des informations fausses et de stimuler des attitudes et des aptitudes positives vis-à-vis de la santé. Cette approche repose sur le fait qu'à certains moments de la vie, particulièrement dans la jeunesse, l'influence des pairs est plus grande que d'autres voies d'influence. C'est une approche alternative ou complémentaire aux stratégies traditionnelles d'éducation pour la santé, en particulier dans la prévention au sujet des drogues et du Virus de l'Immunodéficience Humaine.

Référence :

Rusch Emmanuel. 400 concepts de santé publique et de promotion de santé. Rennes : BDSP, s.d. En ligne : <http://asp.bdsp.ehesp.fr/Glossaire/>

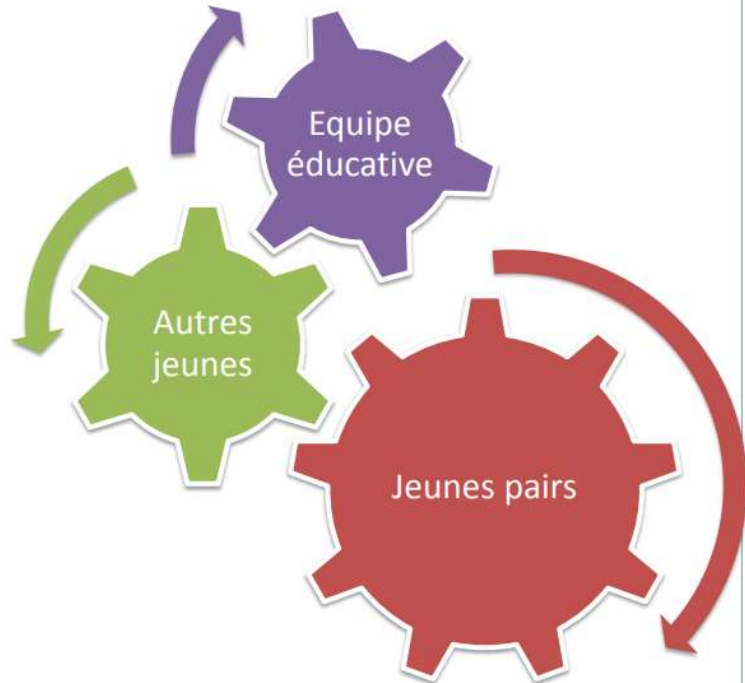
ÉDUCATION PAR LES PAIRS

UNE ILLUSTRATION

Les effets de l'éducation par les pairs

Ces effets ne peuvent être obtenus que par l'interaction de 3 dynamiques : équipe éducative, jeunes pairs, autres jeunes.

Cette interaction oblige à questionner ou à re-questionner les postures tant des jeunes que des professionnels notamment sur les questions de l'autonomie, de la participation.



Faire appel aux compétences des jeunes pour informer et aider d'autres jeunes [Communication]. Le Grand Éric. In : Séminaire d'échanges entre acteurs "Partageons nos expériences pour agir sur les inégalités sociales de santé", Paris, 17 et 18 mars. Laxou : Société française de santé publique, 2015. En ligne : https://www.sfsp.fr/images/docs/lire_et_ecrire/les_actes_des_evenements_de_la_sfsp/diap_legrand0315.pdf

ÉDUCATION PAR LES PAIRS

POUR ALLER PLUS LOIN



L'éducation par les pairs, un enjeu pour la participation des jeunes

Gruber Pascale, Côte Laurence

Éducation santé 2017 ; 331 : 6

En ligne : http://educationsante.be/media/filer_public/70/7b/707b6a47-4af0-4ad2-a6e6-0aa91efafd0b/es331.pdf

Ancrée dans les principes de l'éducation populaire, l'éducation par les pairs est un processus qui met en avant les jeunes comme acteurs et auteurs de leur santé. Un principe inaliénable : la participation.



Les jeunes et l'éducation pour la santé par les pairs

La santé de l'homme 2012 ; 421 : 10-39

En ligne : <http://inpes.santepubliquefrance.fr/SLH/pdf/sante-homme-421.pdf>

L'éducation par les pairs, c'est faire appel à des « passeurs », des personnes qui font partie d'une population, pour transmettre des informations, prévenir par exemple des comportements à risque, aider cette population à prendre soin de sa santé. Ce dossier central traite de l'éducation par les pairs, pour la population des jeunes. Ce concept connaît en effet un développement important, y compris en France.

SANTÉ

DEUX DÉFINITIONS

État complet de bien-être physique, mental et social

La santé est un état de complet bien-être physique, mental et social, et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité.

Référence :

Préambule à la Constitution de l'Organisation mondiale de la Santé, tel qu'adopté par la Conférence internationale sur la Santé, New York, 19-22 juin 1946 ; signé le 22 juillet 1946 par les représentants de 61 États. 1946 ; (Actes officiels de l'Organisation mondiale de la Santé, n°. 2, p.100) et entré en vigueur le 7 avril 1948.

En ligne : <http://apps.who.int/qa/bd/PDF/bd47/FR/constitution-fr.pdf?ua=1>

La santé est perçue comme une ressource de la vie quotidienne, et non comme le but de la vie ; c'est un concept positif mettant l'accent sur les ressources sociales, personnelles et les capacités physiques

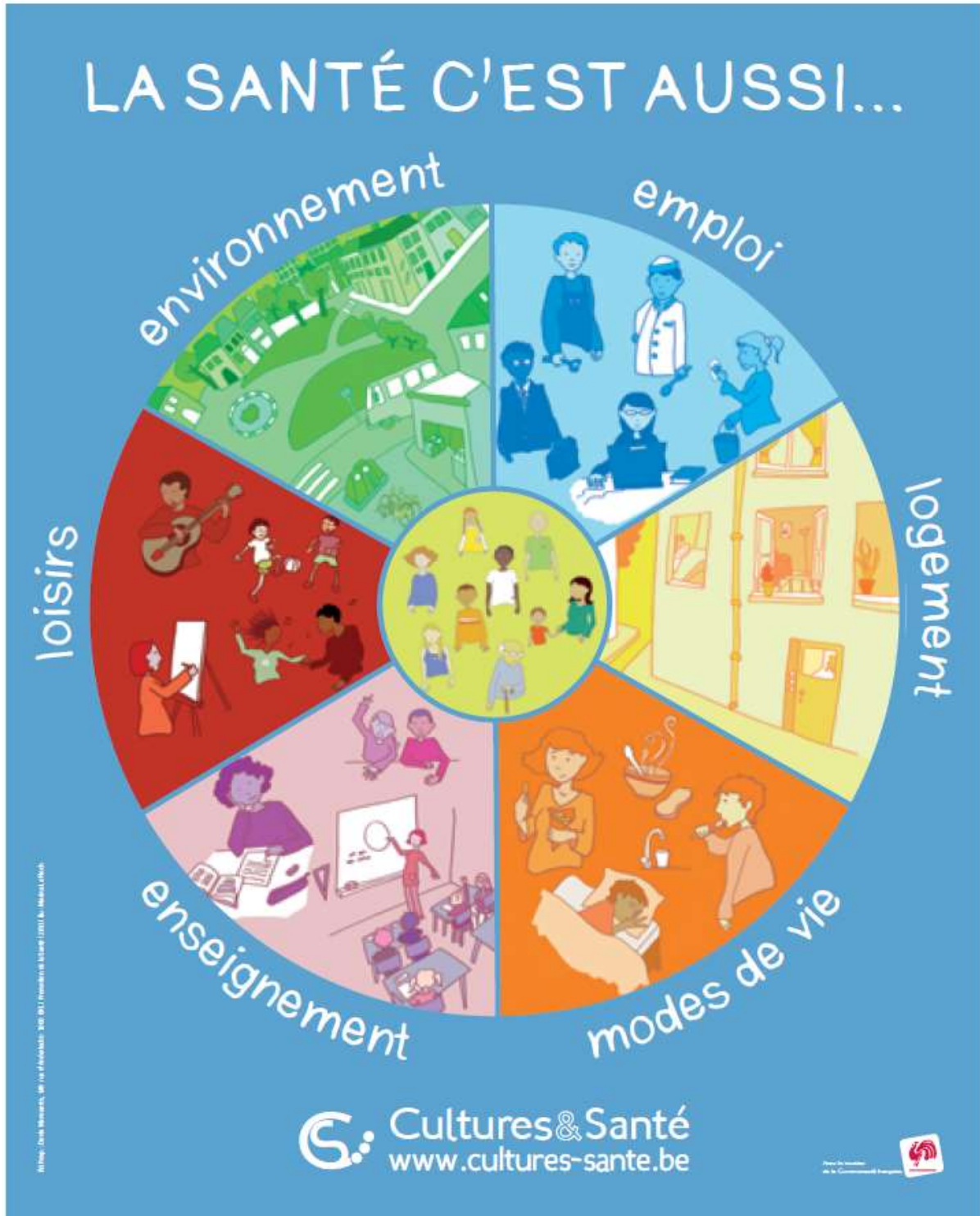
La santé est donc perçue comme une ressource de la vie quotidienne, et non comme le but de la vie ; c'est un concept positif mettant l'accent sur les ressources sociales et personnelles, et sur les capacités physiques. La promotion de la santé ne relève donc pas seulement du secteur de la santé : elle ne se borne pas seulement à préconiser l'adoption de modes de vie qui favorisent la bonne santé ; son ambition est le bien-être complet de l'individu.

Référence :

Charte d'Ottawa. Organisation mondiale de la Santé. 1986. En ligne : http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0003/129675/Ottawa_Charter_F.pdf

SANTÉ

UNE ILLUSTRATION



La santé c'est aussi [Affiche]

Bruxelles : Cultures et santé, 2012

En ligne : <http://www.cultures-sante.be/component/phocadownload/category/12-pdf-ps-2012.html?download=210:la-sante-c-est-aussi-affiche>

SANTÉ

POUR ALLER PLUS LOIN



Traité de santé publique

Bourdillon François, Brucker Gilles, Tabuteau Didier

Paris : Flammarion Médecine-Sciences, 2004, 536 p.

Cet ouvrage collectif présente d'abord, en s'appuyant sur les derniers textes et données disponibles les grands enjeux de santé publique : droits des personnes, qualité des soins et du système de santé, sécurité sanitaire, surveillance épidémiologique, santé et environnement, recherche, prévention et éducation pour la santé... Une deuxième partie dresse un état des lieux de l'état de santé des français et des principales pathologies en France et dans le monde, avec leurs facteurs de risque et les moyens de les prévenir, y compris la légionellose, la maladie de Creutzfeldt-Jakob, les maladies infectieuses émergentes, le Sras. Enfin, sont analysés les accidents, les addictions, la nutrition, la santé bucco-dentaire, la prise en charge de la douleur, les soins palliatifs, les violences puis la santé par population. L'organisation du système de santé fait l'objet de la dernière partie.

VIRTUEL

UNE DÉFINITION

L'ensemble de nos attentes et de nos représentations préexistantes à une rencontre réelle

Le mot « virtuel » vient du latin *virtualis*, qui provient du mot *virtus* signifiant « disposition à une activité ». Il existe chez l'être humain du virtuel psychique, qui n'est pas l'imaginaire. Celui-ci renvoie à un objet qui n'existe pas, alors que le virtuel concerne l'ensemble de nos attentes et de nos représentations préexistantes à une rencontre réelle. Du coup, toute relation à un objet réel concret est toujours tendue entre deux pôles : un pôle virtuel fait de ces attentes et de ces préconceptions, et un pôle actuel nourri des perceptions liées au contact concret avec l'objet. Le virtuel numérique prend en relais notre virtuel psychique.

[...]

Avec les technologies numériques, le mot « virtuel » a successivement désigné :

- les images qu'elles produisent
- les objets qui n'existent que sous la forme numérique et ne peuvent être appréhendés que par l'image réelle qu'un dispositif en donne
- une réalité dite « virtuelle », dans laquelle tous les objets, aussi bien les plus réalistes que les plus fantaisistes, sont figurés en images de synthèse de telle façon qu'il soit possible d'interagir avec eux
- une réalité dite « augmentée » dans laquelle il est possible de superposer des repères virtuels à des images indicelles reproduisant la réalité
- et enfin une réalité dite « mixte » dans laquelle il est impossible de distinguer les images d'objets virtuels qui n'existent pas et les images d'objets réels qui existent, ces deux catégories d'images apparaissant aussi vraies les unes que les autres [...].

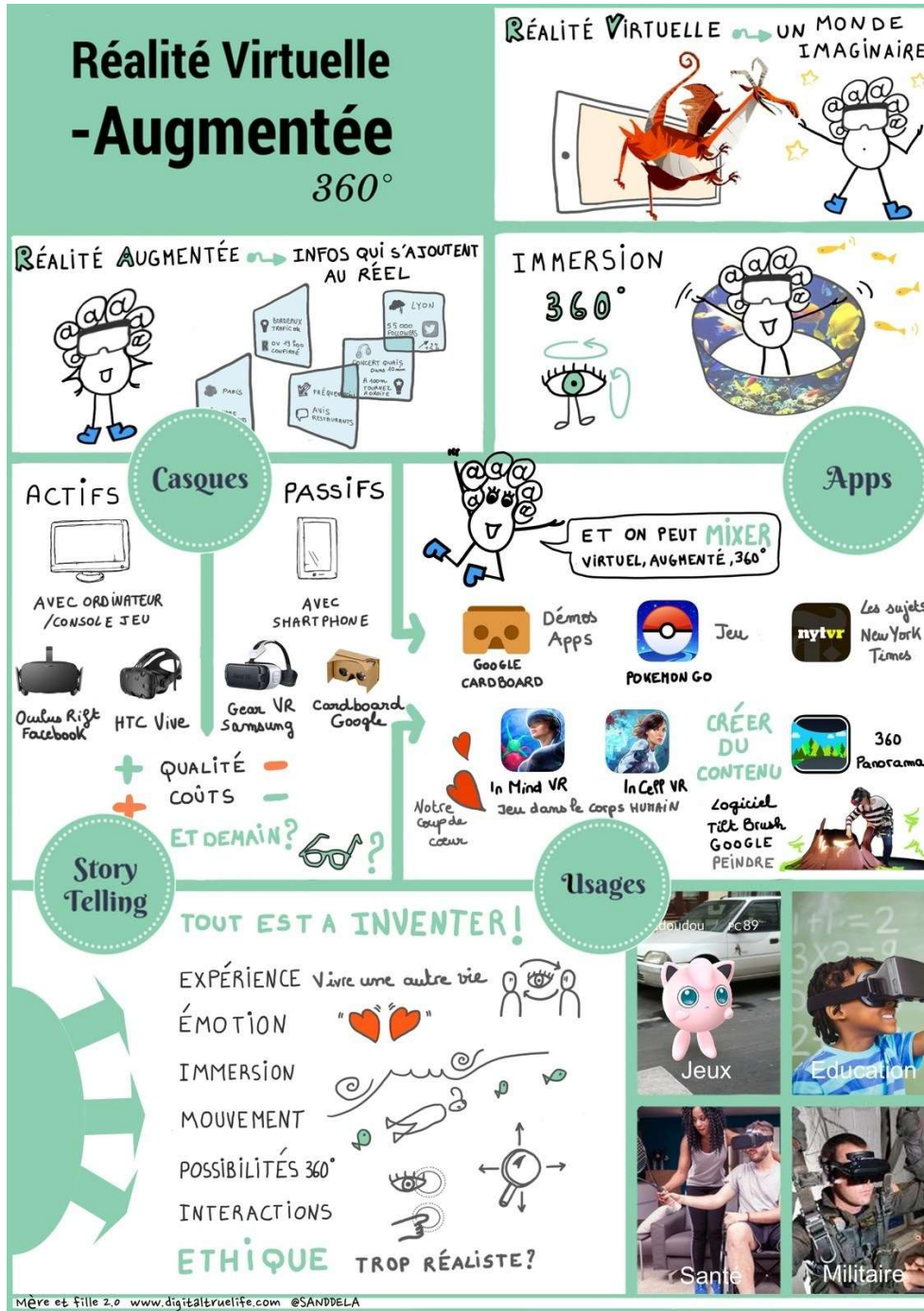
Référence :

L'enfant et les écrans : un avis de l'Académie des Sciences. Bach Jean-François, Houdé Olivier, Léna Pierre, Tisseron Serge. Paris : Le Pommier, 2013, 267 p.

En ligne : <http://www.academie-sciences.fr/pdf/rapport/avis0113.pdf>

VIRTUEL

UNE ILLUSTRATION



Sandrine Delage [page internet] Mère et fille 2.0 : blog.
 En ligne : <http://www.digitaltruelife.com/>

VIRTUEL

POUR ALLER PLUS LOIN



Des mondes virtuels ? Dossier.

Tisseron Serge, Zucca Sylvie, Chappard Pierre (et al.)

Rhizome 2016 ; 61 : 17 p.

En ligne : http://www.ch-le-vinatier.fr/documents/Publications/RHIZOME_Orspere-Samdarra/Bulletin-RHIZOME-N61.pdf

Ce bulletin national sur la santé mentale et la précarité s'intéresse aux rapports entre mondes réels et mondes virtuels dans le champ de l'intervention psychosociale.

L'apprentissage du discernement entre réalité virtuelle et mondes physiques bouscule les hiérarchies générationnelles et dépasse les déterminations sociales et culturelles.



Les jeux vidéo : la passion et ses limites

Phan Olivier

La Santé en action 2014 ; 429 : 40-43

En ligne : <http://www.inpes.sante.fr/SLH/pdf/sante-action-429.pdf>

Cet article étudie les limites et les difficultés de l'usage des jeux vidéo, notamment chez les adolescents fragiles pour qui le monde virtuel est plus accueillant que la vie réelle. Mais il apparaît qu'une attitude visant à diaboliser le jeu est contre-productive car elle empêche l'« alliance thérapeutique » préalable à toute prise en charge.

DONNÉES D'OBSERVATION



Baromètre du numérique 2018

ARCEP, CGE, Mission société numérique

Paris : CRÉDOC, 2018.

En ligne : <https://www.credoc.fr/download/pdf/Sou/Sou2018-4439.pdf>

Le baromètre du numérique est un rendez-vous annuel référent qui éclaire sur l'équipement et les usages numériques des citoyens. Il est basé sur les questions insérées par l'ARCEP (Autorité de régulation des communications électroniques et des postes), le CGE (Conseil général de l'Économie) et l'Agence du Numérique dans la vague de juin 2018 de l'enquête du CRÉDOC sur les « Conditions de vie et les aspirations ». Il prend le pouls de la société française face aux évolutions technologiques. Il renseigne sur les comportements des Français, les pratiques nouvelles qui entrent dans leur quotidien, il donne des orientations sur les attentes et sur ce que soulèvent les appréhensions.

Junior Connect' 2018 : Jeunes et médias : une consommation toujours dynamique et diversifiée !

Paris : Ipsos, 2018

En ligne : <https://www.ipsos.com/fr-fr/junior-connect-2018-jeunes-et-medias-une-consommation-toujours-dynamique-et-diversifiee>

Résultats 2018 de l'enquête annuelle, réalisée par Ipsos (commandée par les groupes Bayard, Milan, Disney, Hachette Presse et Lagardère publicité) à propos de la lecture et la fréquentation média des jeunes de moins de 20 ans. Elle analyse les aspirations et comportements des jeunes vis-à-vis des médias (presse, télévision, internet, radio, cinéma) sur tous supports (PC, smartphones, tablettes, consoles...). Elle s'attarde également sur leurs habitudes d'achat et de consommation (alimentation, boissons), leur relation aux marques et à la publicité, et leur pouvoir de prescription.



Hyperconnexion : quel impact sur notre santé ?

Paris : Fondation APRIL, Institut BVA, 2018

En ligne : <http://www.fondation-april.org/images/Hyperconnexion/BVA%20pour%20la%20Fondation%20April-Les%20Franais%20et%20lhyperconnexion.pdf>

Créée en 2008, la Fondation APRIL s'intéresse à deux enjeux de santé majeurs : le rapport des Français au système de santé, et la santé individuelle. En collaboration avec l'institut de sondages BVA, elle a mené en 2018 son premier baromètre sur le thème de l'hyperconnexion et son impact sur la santé des Français.



Étude 2017 : les 11-18 ans et les réseaux sociaux

Génération numérique, 2017

En ligne : <https://asso-generationnumerique.fr/wp-content/uploads/2017/06/Etude-2017-Les-jeunes-et-les-reseaux-sociaux.pdf>

Génération numérique est une association dont le but est de créer une ressource complémentaire à l'éducation nationale et à l'éducation familiale dans le domaine des technologies de l'information et de la communication. Elle promeut les usages des outils numériques sans les stigmatiser ni les diaboliser, mais cherche à développer l'esprit critique des utilisateurs par des débats. Elle a publié cette étude, réalisée en ligne du 3 au 31 janvier 2017 auprès de 8362 jeunes âgés de 11 à 18 ans.

2 DONNÉES D'OBSERVATION



Enquête PELLEAS : écrans et jeux vidéo à l'adolescence

Obradovic Ivana, Spilka Stanislas, Phan Olivier, Bonnaire Céline
Saint-Denis : OFDT, Tendances n° 97, 2014-12, 6 p.

En ligne : <https://www.ofdt.fr/BDD/publications/docs/eftxiouc.pdf>

Premiers résultats de l'enquête du Programme d'étude sur les liens et l'impact des écrans sur l'adolescent scolarisé (PELLEAS). Menée auprès de plus de 2 000 élèves de la région parisienne (de la 4e à la 1re) pendant l'année scolaire 2013-2014, l'enquête PELLEAS a exploré les facteurs associés à une pratique problématique d'écrans à l'adolescence (perturbations scolaires et de socialisation), en s'intéressant tout particulièrement aux usagers de jeux vidéo.



Enquête EU Kids Online

Blaya Catherine, Alava Seraphin. Risques et sécurité des enfants sur Internet : rapport pour la France. London School of Economics, Londres : EU Kids Online, 2012, 73 p.

En ligne : <http://eprints.lse.ac.uk/46443/1/FranceReportFrench.pdf>

Le projet a été financé par le programme européen "Internet plus sûr", dont l'objectif est d'améliorer la connaissance des expériences et des pratiques des enfants et des parents européens concernant les usages risqués et plus sûrs d'Internet des nouvelles technologies.

Ceci afin d'informer les acteurs nationaux et internationaux concernés par la promotion d'un environnement en ligne plus sûr pour les enfants.

Ce rapport présente les résultats spécifiques pour la France en 2012, et concerne les 9-16 ans et leurs parents.

USAGES ET CONSÉQUENCES



Les écrans présentent-ils des risques pour les jeunes enfants ?

Dumain Audrey

Dossier. Franceculture.fr, 20/11/2018

En ligne : <https://www.franceculture.fr/sciences/les-ecrans-presentent-ils-des-risques-pour-les-jeunes-enfants>

À l'occasion de l'examen par le Sénat de la proposition de loi contre l'exposition précoce des jeunes enfants aux écrans, France Culture présente ce dossier multimédia, qui fait le point sur les différents risques inhérents à cette pratique. Mais malgré de nombreuses études sur les troubles du sommeil, le retard du langage, le repli sur soi, la dégradation de la vision, aucun consensus ne se dégage, voire même des polémiques émergent.



Écrans et éducation, c'est compliqué

Tourret Louise

Slate.fr, 09/05/2018

En ligne : <http://www.slate.fr/story/161440/education-enfants-ecrans-parents-interdiction-smartphones-tablettes-ecole-activites-pedagogiques>

Cet article grand public interroge l'efficacité des différents discours à propos de l'influence des écrans sur les enfants. Pour éviter panique et excès de tous bords, il s'agirait de construire une réflexion collective des parents et des enseignants sur l'éducation numérique.



Addiction, concentration, performances... ce que l'on sait (ou pas) des effets du smartphone

Mordant Céline

Lemonde.fr, 10/01/2018

En ligne : https://www.lemonde.fr/pixels/article/2017/01/09/addiction-concentration-performance-ce-que-l-on-sait-ou-pas-des-effets-du-smartphone_5059960_4408996.html

La recherche est encore balbutiante sur les effets de l'hyperconnexion aux smartphones, un phénomène récent à l'échelle de l'histoire de l'humanité. Pour faire le point, l'article explore un certain nombre d'interrogations :

- Peut-on devenir dépendant à son smartphone ?
- Le téléphone portable rend-il plus performant ?
- La multiplication des écrans amoindrit-elle notre capacité de concentration ?
- Peut-on faire face à la surcharge d'informations et de sollicitations ?



Le temps d'écran, une autre habitude de vie associée à la santé

Pigeon Étienne, Brunetti Vanessa

Montréal : Institut national de santé publique du Québec, 2016, 8 p.

En ligne : <http://www.santecom.qc.ca/Bibliothequevirtuelle/INSPQ/19255748-12.pdf>

Ce document vise à informer les professionnels de la santé et leurs partenaires de certains impacts du temps d'écran sur la santé, notamment ceux associés au développement des enfants, au sommeil, à la sédentarité et à l'obésité, en plus de faire connaître certaines recommandations pour mieux encadrer leur utilisation



Habitudes alimentaires, activité physique et sédentarité des adolescents franciliens

Schnabel Laure, Vincelet Catherine

Paris : Observatoire régional de santé Île-de-France, 2016

En ligne : http://www.ors-idf.org/dmdocuments/2017/2016_ORR_rapport_habitudes_alimentaires.pdf

Ce rapport est l'exploitation de l'enquête nationale de santé auprès des élèves scolarisés en classe de troisième en Île-de-France. Il analyse le temps passé devant les écrans et fait le lien avec les pratiques alimentaires et les activités physiques.



L'enfant et les écrans : un avis de l'Académie des Sciences

Bach Jean-François, Houdé Olivier, Léna Pierre, Tisseron Serge

Paris : Le Pommier, 2013, 267 p.

En ligne : <http://www.academie-sciences.fr/pdf/rapport/avis0113.pdf>

Cet ouvrage de référence est un avis émis par l'Académie nationale des sciences. Il rend compte des aspects positifs et négatifs rencontrés lorsque les enfants de différents âges utilisent les divers types d'écrans. Il intègre les données scientifiques les plus récentes de la neurobiologie, de la psychologie et des sciences cognitives, de la psychiatrie et de la médecine.



Les dangers de la télé pour les bébés

Tisseron Serge

Bruxelles : Yapaka.be, 2013, 61 p.

En ligne : http://www.yapaka.be/files/publication/TA-BB_TV_WEB.pdf

Dans cet essai, l'auteur soulève les questions que posent, notamment du point de vue de la santé mentale du tout-petit, la création et l'utilisation de chaînes de télévision à destination des bébés âgés de 6 mois à 3 ans. Il démontre d'abord l'objectif commercial de ces chaînes, informe sur l'impact des images télévisuelles sur la construction de l'image de soi, les acquisitions linguistiques et sur l'appropriation du monde, et enfin alerte sur le danger de formatage des cerveaux des jeunes enfants.

RISQUES LIÉS AUX CONTENUS SUR INTERNET : DISCERNEMENT REQUIS !



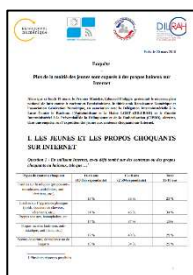
Le harcèlement virtuel

Godzan Angélique

Bruxelles : Yapaka.be, 2018, 58 p.

En ligne : http://www.yapaka.be/sites/yapaka.be/files/publication/ta_105-harcelement-gozlan-web_0.pdf

Avec Internet, une nouvelle forme de harcèlement est apparue : le cyberharcèlement. Ce phénomène est véhiculé par les réseaux sociaux, qui proposent de nouvelles formes de communication et qui bouleversent la notion d'intimité. L'auteure étudie donc les spécificités du cyberharcèlement, le positionnement à adopter en tant qu'adulte et professionnel, et évoque des pistes pour prévenir ces situations.



Étude sur les contenus haineux sur Internet

Paris : Renaissance numérique, Génération numérique, 2018

En ligne : <https://asso-generationnumerique.fr/wp-content/uploads/2018/03/Etude-sur-les-contenus-haineux-Mars2018.pdf>

Étude réalisée par l'intermédiaire d'un questionnaire en ligne pour la période allant du 13 novembre 2017 au 12 mars 2018. Ce questionnaire a été envoyé auprès de 20 853 élèves (de 11 à 18 ans) issus d'établissements scolaires dans lesquels l'association Génération Numérique intervient pour sensibiliser les jeunes sur les usages du numérique. Les résultats présentés alertent sur l'exposition des jeunes aux contenus haineux ou choquants sur Internet.



Des fake news aux multiples facettes

Centre pour l'éducation aux médias et à l'information

Paris : Réseau Canopé, 2018

En ligne : <https://www.clemi.fr/es/ressources/nos-ressources-pedagogiques/ressources-pedagogiques/des-fake-news-aux-multiples-facettes.html>

Cette fiche info destinée à un public scolaire a pour thème les « fake news », nouvelle expression employée comme synonyme de « désinformation ». Elle fait le point sur les différents types de fausses informations, et propose des ressources pour vérifier les affirmations véhiculées par Internet ou les réseaux sociaux.



Guide de prévention des cyberviolences en milieu scolaire

Paris : Ministère de l'éducation nationale, de l'enseignement supérieur et de la recherche, 2016-11, 47 p.

En ligne : http://cache.media.education.gouv.fr/file/11_novembre/12/6/2016_non_harcelement_guide_prevention_cyberviolence_WEB_653126.pdf?ts=1477677269

Ce guide est destiné aux équipes pédagogiques et éducatives afin de les aider à prévenir, repérer, traiter dans les établissements et dans la sphère scolaire le phénomène de cyberviolences et du harcèlement sur Internet et les réseaux sociaux.



École, sexe & vidéo

Romano Héléne

Paris : Dunod, 2014, 248 p.

Cet ouvrage traite de la place et l'usage des images érotiques ou pornographiques en milieu scolaire. Les auteurs analysent les pratiques, les dérives et les addictions telle que l'addiction aux écrans, le cyber-harcèlement, la place de la pornographie dans les représentations de la sexualité des adolescents.



Risques et sécurité des enfants sur Internet : rapport pour la France

Blaya Catherine, Alava Seraphin

London School of Economics, Londres : EU Kids Online, 2012, pp. 30-43.

En ligne : <http://eprints.lse.ac.uk/46443/1/FranceReportFrench.pdf>

Un chapitre de cette enquête, présentée ci-avant, est consacrée aux expériences négatives vécues par les enfants de 9 à 16 ans sur Internet. Il en résulte des analyses sur la pornographie, le harcèlement, les messages à caractère sexuel, les rencontres dans la vie réelle de personnes connues en ligne, les contenus nuisibles.



Enfances et risques d'Internet : mythes et réalités

[page internet] yapaka.be, 2011.

En ligne : <http://www.yapaka.be/texte/enfance-et-risques-dinternet-mythes-et-realites>

Ce dossier, publié par Yapaka.be, programme belge de prévention de la maltraitance, s'attache à raisonner les craintes suscitées par Internet, et examiner avec discernement les éventuels risques encourus par les enfants laissés seuls sur la toile.



Du réel au virtuel : les prises de risque pour grandir autrement

Association française de promotion de la santé scolaire et universitaire, Service interuniversitaire de médecine préventive et de promotion de la santé

Paris : Éditions AFPSSU, 2010, pp. 69-96.

En ligne : http://fulltext.bdsp.ehesp.fr/Organismes/AFPSSU/2010/actes_colloque_2010_07_01.pdf

Cet ouvrage regroupe les actes d'un colloque organisé par l'AFPSSU et le SIUMPPS, où sont intervenus plusieurs spécialistes de la prise de risque chez les adolescents (biture express, jeux dangereux, idées suicidaires...). Concernant le monde virtuel, diverses questions sont abordées : la prévention via un projet local, les jeux vidéo, la cybercriminalité, l'éducation, la prise en charge des prises de risques...

5 LA PRÉVENTION EN ACTION(S)

LA PRÉVENTION EN ACTION(S)

SITES INTERNET



Campagne 3-6-9-12

Lancée par le psychiatre Serge Tisseron, la campagne 3-6-9-12 a pour objectif de protéger les très jeunes enfants des dangers des écrans, et d'apprendre aux plus grands à être responsables. La découverte du plaisir de la créativité et de la relation semble indispensable pour résoudre les problèmes engendrés par les outils numériques.

En ligne : <https://www.3-6-9-12.org/>



Le bon usage des écrans

L'EMP (Institut d'Éducation médicale et de prévention) a pour vocation de concevoir et mettre en œuvre pour le compte d'acteurs publics ou privés des événements et des campagnes de sensibilisation sur les grands enjeux de santé publique.

En ligne : <https://lebonusagedesecrans.fr/>



Conseil supérieur de l'audiovisuel

Autorité publique indépendante, le CSA a pour mission de réguler l'audiovisuel, dans l'intérêt du public et des professionnels. Le CSA a lancé il y a dix ans une campagne de sensibilisation sur les méfaits des écrans sur les enfants de moins de 3 ans.

En ligne : <https://www.csa.fr/Informer/Toutes-les-actualites/Actualites/10-ans-de-la-campagne-3-ans>



Les écrans, le cerveau et... l'enfant : Fondation Lamap

La main à la pâte est une fondation de coopération scientifique pour l'éducation à la science, créée par l'Académie des sciences et les Écoles normales supérieures de Paris et de Lyon. Son but est d'être un laboratoire d'idées et de pratiques innovantes. « Les écrans, le cerveau et... l'enfant » est un projet thématique pour l'école primaire permettant au public d'explorer les raisons pour lesquelles les écrans sont si fascinants.

En ligne : <https://www.fondation-lamap.org/fr/page/27843/les-ecrans-le-cerveau-et-lenfant>



E-enfance

L'association E-enfance a pour objectif de permettre aux enfants et adolescents de se servir des nouvelles technologies de communication (Internet, téléphone mobile, jeux en réseau) avec un maximum de sécurité, et d'ainsi lutter contre toutes les formes de harcèlement en ligne. Un espace pour les parents est consacré aux jeux vidéo, proposant des conseils pour choisir le jeu le plus adapté à son enfant.

En ligne : <https://www.e-enfance.org/>

5 LA PRÉVENTION EN ACTION(S)



Internet sans crainte

Ce programme national s'inscrit dans le projet européen « Safer Internet Plus » qui regroupe 27 pays de l'Union européenne. Ses objectifs ? Sensibiliser les jeunes à propos des risques d'Internet et les bons usages à adopter, développer les bons réflexes des usagers d'Internet, informer les parents pour favoriser l'accompagnement au quotidien, donner aux enseignants des outils pratiques pour aborder cette question dans le cadre scolaire.

En ligne : <http://www.internetsanscrainte.fr/>



Habilo Médias

Le Centre canadien d'éducation aux médias et de littératie numérique a pour mission de veiller à ce que les enfants et les adolescents développent une pensée critique qui leur permette d'utiliser les médias à titre de citoyens numériques actifs et éclairés. Son site propose de nombreuses ressources pédagogiques.

En ligne : <http://habilomedias.ca/>



Pass'Santé Jeunes Bourgogne-Franche-Comté

Le Pass Santé Jeunes est une démarche initiée par l'ARS Bourgogne-Franche-Comté articulée autour d'un site Internet spécialement conçu pour les jeunes de 8 à 18 ans et leur entourage (enseignants, parents, animateurs, éducateurs, etc.) et d'une dynamique locale partenariale à travers la mobilisation des professionnels et des élus. Le portail web recense autour de 14 thématiques de santé des contenus fiables pour permettre aux jeunes de s'informer et de devenir acteurs de leur santé. Dans la rubrique "Internet, toi et les autres", l'on trouvera des conseils, des ressources multimédia et des liens vers des sites de référence, à propos des fake news, du cyberharcèlement, de l'e-réputation, etc.

En ligne : www.pass-santejeunes-bougogne-franche-comte.org



PédaGoJeux

Site d'information et de sensibilisation sur le jeu vidéo destiné à informer les parents et le grand public sur les enjeux de la protection de l'enfance et sur le bon usage des jeux vidéo. Il propose aux parents et aux éducateurs des pistes pédagogiques pour aborder les problématiques soulevées par le jeu vidéo.

En ligne : <http://www.pedagojeux.fr/>



Vinz et Lou sur Internet

Programme de sensibilisation à l'usage d'Internet en partenariat avec le ministère de l'Éducation nationale et le soutien de la Commission européenne. Propose des parcours pédagogiques, des activités interactives, des dessins animés, des conseils et des outils de création.

En ligne : <https://www.vinzelou.net/fr>

PISTES D'ACTION



5 pistes pour guider les ados sur le Web

Darveau Mélanie

Contact 2018 ; 32(2) : 44 p.

En ligne : <http://www.contact.ulaval.ca/wp-content/uploads/2018/02/Hiver2018-Telechargez.pdf>

Le magazine Contact, édité par l'Université de Laval (Québec), aborde avec les professeurs-chercheurs des sujets choisis pour leur pertinence sociale et leur actualité. Il propose dans cet article des idées pour guider les parents dans le but de favoriser une saine utilisation

d'Internet.



Coopérer autour des écrans

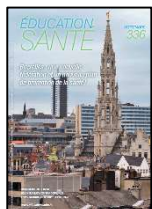
Minotte Pascal

Bruxelles : Yapaka.be, 2017, 34 p.

En ligne : http://www.yapaka.be/sites/yapaka.be/files/publication/ta_96_web_def_0.pdf

Cet ouvrage a pour objectif d'aider les adultes à accompagner les enfants et les adolescents dans leurs usages des écrans. Il analyse les représentations liées à l'univers du numérique, les modifications des relations intergénérationnelles induites par les écrans, leur place dans la vie familiale et donne des éléments pour se positionner dans une posture compréhensive tout en explicitant ses valeurs. Il insiste enfin sur l'importance de l'éducation aux médias hors

du milieu scolaire.



Enfants et écrans, des pistes pour s'y retrouver. Un projet local à destination des parents

Reuter Sylvie

Éducation Santé 2017 ; 336 : 11-13

En ligne : http://educationsante.be/media/filer_public/11/95/1195f8d8-b264-4007-8e25-6c405bbc9d6c/es_336_sep17_y.pdf

Une initiative locale du Luxembourg est explorée, qui a pour objectif de faire passer aux parents un message positif, des informations vérifiées et des pistes concrètes d'action.



La famille tout écran : conseils en éducation aux médias et à l'information

Merriaux Jean-Marc

Paris : Centre pour l'éducation aux médias et à l'information, 2017, 93 p.

En ligne : https://www.cleml.fr/fileadmin/user_upload/espace_familles/guide_emi_la_famille_tout_ecran.pdf

Cet ouvrage rédigé par le CLEMI apporte des réponses pour accompagner les parents et sensibiliser les enseignants sur les pratiques médiatiques des élèves. Au travers de cinq chapitres ("apprendre à vos enfants à s'informer", "conseiller vos enfants sur l'usage des réseaux sociaux", "maîtriser le temps dédié aux écrans en famille", "protéger vos enfants des images violentes" et "s'engager et s'impliquer en tant que parents") il fournit des conseils utiles et pratiques aux familles et à l'ensemble des acteurs éducatifs et associatifs.

5 LA PRÉVENTION EN ACTION(S)



Pass'Santé Pro

En ligne : www.pass-santepro.org

Pass' santé Pro est une plateforme de formation en e-learning accessible gratuitement. Elle comporte plusieurs parcours d'auto-formation proposant une démarche complète de mise en œuvre d'une action de prévention à destination des jeunes. Elle propose donc des modules pédagogiques selon différentes thématiques (addictions, prévention contre le bruit, vie affective et sexuelle, etc.). Elle présente également plusieurs techniques d'animation d'une séance de groupe, adaptables à une action de prévention sur les écrans.

5 LA PRÉVENTION EN ACTION(S)

OUTILS PÉDAGOGIQUES



[Jeu] @h... Social ! Prévention et usages des réseaux sociaux

Bureau information jeunesse de l'Orne

Toulouse : Abeille éditions, 2013

Ce jeu sensibilise les adolescents mais aussi les parents, à l'utilisation des réseaux sociaux (Facebook, la messagerie instantanée...). Il permet aux joueurs de reproduire les conditions d'un réseau social mais sans écrans interposés. Tout au long du jeu, les thèmes du droit à l'image (intimité...), du rapport à l'autre, des dangers (e-réputation...), des comportements mais également de la dépendance sont abordés. De plus, ce jeu intègre des cartes de jeu utilisant la technologie "QR Code", permettant ainsi des mises à jour régulières via une connexion sur le blog du jeu.



[Jeu] 2025 ex machina : un serious game d'éducation critique à Internet

Paris : Tralalere, 2010

En ligne : <http://www.2025exmachina.net>

Le programme "2025 ex machina" est destiné aux 12-17 ans. Les objectifs sont de faire prendre conscience aux jeunes des conséquences de leurs actions en ligne, aujourd'hui et dans 20 ans, les inciter à adopter une posture réflexive sur leur attitude, les informer sur les risques et les règles de bon usage et les inviter à formuler leur vision de l'Internet de demain. Des ateliers sont proposés à partir d'un serious game de type thriller, qui invite, à travers une série de 4 épisodes, à s'interroger en jouant sur les usages d'Internet fixe et mobile et réfléchir à leurs usages concrets : recherche d'information, réseaux sociaux, internet mobile, blogs, téléchargement...



[DVD] Abus d'écrans chez les adolescents ?

Lefevre Françoise

Paris : Mairie de Paris, 2011

Dans un monde tout écran, les adolescents naviguent facilement : connexions, réseaux sociaux, SMS, jeux vidéo, films sur l'Internet. Les parents peuvent se sentir démunis face à ce phénomène de société. Ces 5 films livrent des témoignages d'experts, de parents, de jeunes afin d'aider à mieux comprendre les intérêts et les risques, les enjeux, à aider à poser les limites et à conseiller des lieux et numéros de téléphone utiles lorsqu'il y a abus.



[Diaporama] Ateliers e-réputation

Commission nationale de l'informatique et des libertés, s.d.

En ligne : <https://www.educnum.fr/fr/ressources-pedagogiques-vie-privee>

Ce diaporama propose 4 ateliers à mener auprès d'un groupe de jeunes de 12 à 18 ans. Sont abordés : les enjeux de la réputation en ligne, les outils pour mieux la maîtriser, les techniques pour sécuriser sa navigation, et les réflexes à adopter en cas de situation de crise. À noter : ce document est disponible en téléchargement sur le site Educnum, qui propose de nombreuses autres ressources pédagogiques.

5 LA PRÉVENTION EN ACTION(S)



[Jeu] E-xperTIC

Bureau information jeunesse de l'Orne, s.d.

Ce jeu sur les technologies de l'information et de la communication donne des clés de culture générale sur le numérique et est destiné à deux tranches d'âge: 10-15 ans et plus de 16 ans. Joué par équipe, il reprend les codes de fonctionnement d'Internet.

Par un jeu de questions-réponses, chaque équipe devient un serveur thématique (site Internet, e-mail/tchat, réseaux sociaux, téléphonie, jeux vidéos), qui tour à tour va interroger les autres équipes/serveurs thématiques afin de collecter un maximum de cartes. Dans sa version 16 ans et +, 300 questions (150 dans la version 10-15 ans) de différents types sont proposées aux participants : QCM, image, son, pari, dessin.



[Jeu] L'Éduc'Écrans : pour accompagner nos enfants à grandir avec les écrans !

École des parents et des éducateurs, Bagnulo Adriana, Jarry Bruno

Paris : Valorémis, 2018

Destiné aux parents, animateurs et professionnels de l'accompagnement à la parentalité, ce jeu se déroule en trois temps d'échange : partage des représentations et des expériences (quelle est la place des écrans dans la famille ?), élaboration de pistes d'actions éducatives (peut-on mieux gérer les écrans au quotidien ?), et

discussion libre. Les participants qui ont mis en pratique certaines des propositions imaginées précédemment sont invités à partager leur expérience.



[Jeu] Internet & Moi : questions d'usage(s) ?

Paris : Valorémis, s.d.

Ce jeu de cartes est un outil de médiation, issu de la collection « Questionnons Autrement ». Il aborde les thèmes des réseaux sociaux, de la traçabilité, de la virtualité réelle ou supposée des rencontres et des liens. Ce jeu de cartes-questions permet de mettre en place des séances de débats éducatifs sur des questions abordant l'usage d'internet et des réseaux sociaux. Il est destiné aux professionnels en situation éducative en milieu scolaire ou périscolaire, travaillant avec un public de 12 ans et plus.



[Kit pédagogique] iRespect : ressource pédagogique pour les jeunes concernant la vie privée en ligne

Bruxelles : Childfocus.be, s.d.

En ligne : http://childfocus.be/sites/default/files/irespect_0.pdf

Destiné aux enfants de 10 à 14 ans et adaptable à l'enseignement spécialisé, ce kit pédagogique a pour objectif de sensibiliser les jeunes à l'usage sûr, responsable et constructif des réseaux sociaux. Il se compose de dix fiches pédagogiques proposant des situations concrètes de la vie quotidienne des jeunes : secret et intimité, protéger son compte, alerte sur le net, internet et respect, internet et créativité, internet et les défis, E-réputation, information personnelle, cyberharcèlement, information en ligne. Les vidéos associées, accessibles sur YouTube, sont interactives et proposent trois déroulements possibles.

À PROPOS DES CENTRES DE RESSOURCES DOCUMENTAIRES DE L'IREPS BOURGOGNE-FRANCHE-COMTÉ

L'Instance régionale d'éducation et de promotion de la santé Bourgogne-Franche-Comté (Ireps BFC) rassemble dans ses centres de ressources documentaires spécialisés en santé publique des ouvrages, rapports et revues spécialisées en promotion de la santé, à disposition des professionnels et des futurs professionnels de la santé, de l'éducation et du social.

À Besançon et à Dijon, l'Ireps propose un fonds documentaire d'ouvrages, de rapports internationaux, nationaux et locaux, des revues spécialisées, des outils pédagogiques, des supports d'information diffusables en nombre, ainsi que des prestations documentaires personnalisées (recherches documentaires, bibliographies...).

Les autres antennes départementales de l'Ireps BFC (Jura, Nièvre, Haute-Saône, Saône-et Loire, Yonne et Nord Franche-Comté) disposent d'un fonds pédagogique composé d'outils d'intervention en promotion et éducation pour la santé ; elles assurent la diffusion en nombre de documents d'information en santé, pour l'essentiel édités par Santé publique France.


Ces différents fonds documentaires sont interrogeables sur les bases de données Bib-Bop (<http://www.bib-Bop.org>) et Adocweb (<https://www.adocwebbourgogne.org/>).

Chacun des centres de documentation possède un espace permettant la consultation sur place des documents du fonds documentaire (articles, ouvrages, outils, etc.)

Seuls les ouvrages et outils d'intervention sont empruntables, via un système d'adhésion annuelle régional (étudiants : 5€ — professionnels : 10€ — organismes : 50€) et le dépôt d'une caution de 50 €.

Pour en savoir plus :

<http://www.ireps-bfc.org/>



Ce dossier documentaire accompagne le dispositif du service sanitaire en Bourgogne-Franche-Comté sur la thématique des écrans.

Son ambition est avant tout d'amorcer l'aventure en promotion de la santé.

Huit concepts importants ont été choisis ; pour chacun d'eux sont mentionnées :

- des définitions sourcées qui permettront aux lecteurs de s'approprier les grands repères de la promotion de la santé, et pour les plus motivés de plonger dans des textes fondateurs
- une ressource documentaire sous forme d'infographie, d'article ou de schéma pour illustrer le concept
- des références bibliographiques pour aller plus loin.

Décembre 2018

Dossier réalisé avec le soutien financier de l'Agence régionale de santé Bourgogne-Franche-Comté