



# Écrans : tous concernés

Des constats à la pratique

Mardi 24 juin 2025 à Besançon

Dans le cadre des activités du dispositif régional du Pass'Santé Jeunes, l'ARS Bourgogne-Franche-Comté et Promotion Santé BFC ont proposé, le 24 juin 2025, une journée régionale d'échanges autour des enjeux associés aux écrans chez les enfants, les jeunes et leur famille.

Les participant.e.s, interrogé.e.s sur leurs attentes au moment de l'inscription, ont pu faire remonter principalement des **besoins d'éclairages théoriques, d'échanges de pratiques** et de **pistes concrètes pour agir** (retours d'expérience, outils, ressources). C'est en prenant en compte ces trois dimensions que nous avons construit cette journée.

**Au programme** : découverte d'un Partenariat-Recherche-Pratique entre le Territoire Numérique Éducatif du Doubs et l'Université Marie et Louis Pasteur, retours d'expérience et présentation d'actions de partenaires impliqués dans la prévention, et finalement découverte et expérimentation d'outils pour soutenir la mise en action sur le terrain.

Nous remercions chaleureusement l'ensemble des acteurs ayant co-animé cette journée : la DSDEN du Doubs, l'Université Marie et Louis Pasteur, Le CLEMI de l'académie de Besançon, la Mutualité Française, l'association Tinternet & Cie, l'association Sauvegarde 71, l'UDAF 25, les CEMEA, Simao Sanchez, le lycée Ledoux de Besançon et l'Association Addictions France.



## Table des matières

Objectifs de la journée .....	4
Programme de la journée .....	4
●● Propos introductifs .....	5
●● Brise-Glace .....	6
●● Conférence - Le numérique au cœur des relations éducatives dans et hors l'école : études auprès des parents et des enseignants du Doubs .....	7
●● Table ronde.....	8
●● Ateliers .....	9
Évaluation de la journée .....	11
●● Participant.e.s .....	11
●● Une journée appréciée dans son ensemble.....	11
●● Des pistes pour agir .....	12
●● Des pratiques en évolution.....	12
Perspectives.....	13

## Objectifs de la journée

Cette journée d'échanges avait pour objectifs de s'interroger collectivement sur l'accompagnement des pratiques numériques des enfants, des jeunes et de leur famille en région, de partager des repères communs et d'échanger sur les approches complémentaires et enfin de mettre en lumière des expériences locales et des ressources sur lesquelles s'appuyer pour agir.

Ainsi, le programme et les activités ont été pensés pour favoriser, dans la mesure du possible, le décloisonnement et renforcer l'interconnaissance des acteurs.

## Programme de la journée

PROGRAMME	
9H	● Accueil
9H30	● Propos introductifs ARS BFC / Promotion Santé BFC
10H	● Le numérique au cœur des relations éducatives dans et hors l'école : études auprès des parents et des enseignants du Doubs Hanna VERDEL / Université Marie et Louis Pasteur, et Nelly CLERVAL / DSDEN du Doubs Cette conférence est un voyage au cœur d'un Partenariat-Recherche-Pratique (PRP) entre le Territoire Numérique Éducatif du Doubs et des chercheuses de l'Université Marie et Louis Pasteur. Elle présente quelques résultats issus de différentes enquêtes de terrain réalisées auprès des enfants, des parents et des enseignants concernant leurs usages du numérique dans la sphère familiale et en lien avec l'école. L'objectif de ces travaux est de permettre un meilleur accompagnement des parents et des enfants face aux défis du numérique.
10H45	● Table ronde : Renforcer les CPS pour des usages numériques raisonnés Marie ADAM-NORMAND / Rectorat - CLEMI Académie de Besançon, Claire FLECHON / Mutualité Française, Eva HAZEBROUCQ / Tinternet & cie, Ulrich VANDOORNE / Sauvegarde 71
12H	● Pause déjeuner (libre)
13H30	● Espace stands (optionnel)
14H	● Atelier n°1 (au choix)
15H15	● Atelier n°2 (au choix)
16H15	● Conclusion
16H30	● Fin de la journée

## ●● Propos introductifs

Aurore Roy, chargée de missions à l'ARS BFC, a ouvert cette journée d'échanges en présentant rapidement le dispositif du [Pass'Santé Jeunes](#). Elle a rappelé que les enjeux associés aux usages numériques étaient désormais au centre des débats et réflexions au niveau national en raison de leurs impacts sur la santé globale des populations (physique, sociale et mentale).

Promotion Santé BFC a ensuite replacé cette proposition de journée d'échanges dans un contexte de promotion de la santé. En effet, la réflexion autour des usages numériques par les jeunes est engagée depuis 2022, à la demande et avec l'appui de l'ARS BFC :

- 2022 : **Enquête « Écrans et jeunes »** diffusée aux membres régionaux du Rrapps, aux acteurs partenaires identifiés dans le cadre du Pass'Santé Jeunes et aux acteurs du numérique, afin de dresser un panorama des actions existantes en région
- 2023 : **Synthèse de la littérature scientifique** qui fait le point sur les usages chez les enfants, les jeunes et leurs parents, les effets réels des écrans sur la santé et les stratégies d'intervention efficaces
- 2023 : Mise en place d'un **groupe de travail régional** mobilisant des partenaires du champ des addictions, de la jeunesse, du numérique, ...
- 2023 : **1<sup>ère</sup> matinée régionale d'échanges de pratiques en distanciel** organisée pour repérer collectivement les leviers d'action sur la thématique des écrans, identifier les enjeux rencontrés par les acteurs de terrain, notamment lorsqu'il s'agit d'impliquer les parents, et présenter des ressources utiles pour l'action
- 2024 : **Annuaire des intervenants** afin de faciliter l'identification d'interlocuteurs clés dans les territoires et favoriser une réponse adaptée aux problématiques liées aux usages des écrans, quel que soit le public ciblé.
- 2024 : **module d'autoformation** « [Mettre en place une action sur le thème des écrans](#) » : Pour soutenir le passage à l'action, ce module gratuit et en accès libre présente les stratégies d'intervention ayant fait leurs preuves pour accompagner les usages numériques chez les enfants de 6 à 10 ans.



Vous retrouverez tous ces documents et le replay du webinaire régional de 2023 sur le site du Réseau Régional d'Appui à la Prévention et à la Promotion de la Santé (Rrapps) : <https://rrapps-bfc.org/publications/exposition-des-enfants-aux-ecrans-note-de-cadrage>

## ●● Brise-Glace

Afin de favoriser l'interconnaissance des acteurs, nous avons proposé aux participant.e.s de se rencontrer en binôme, et de réaliser de courtes interviews mutuelles (pendant 3 minutes) autour de 3 questions (les binômes changeaient à chaque question) :

- Dans votre quotidien professionnel, quel(s) défi(s) posent les usages numériques ?  
**#cequejevis**
- Quel(s) levier(s) activez-vous déjà pour encourager des usages numériques raisonnés ? **#cequejepeuxfaire**
- Ce que vous souhaiteriez faire en plus pour accompagner vos publics face au numérique ? **#cequejevis**

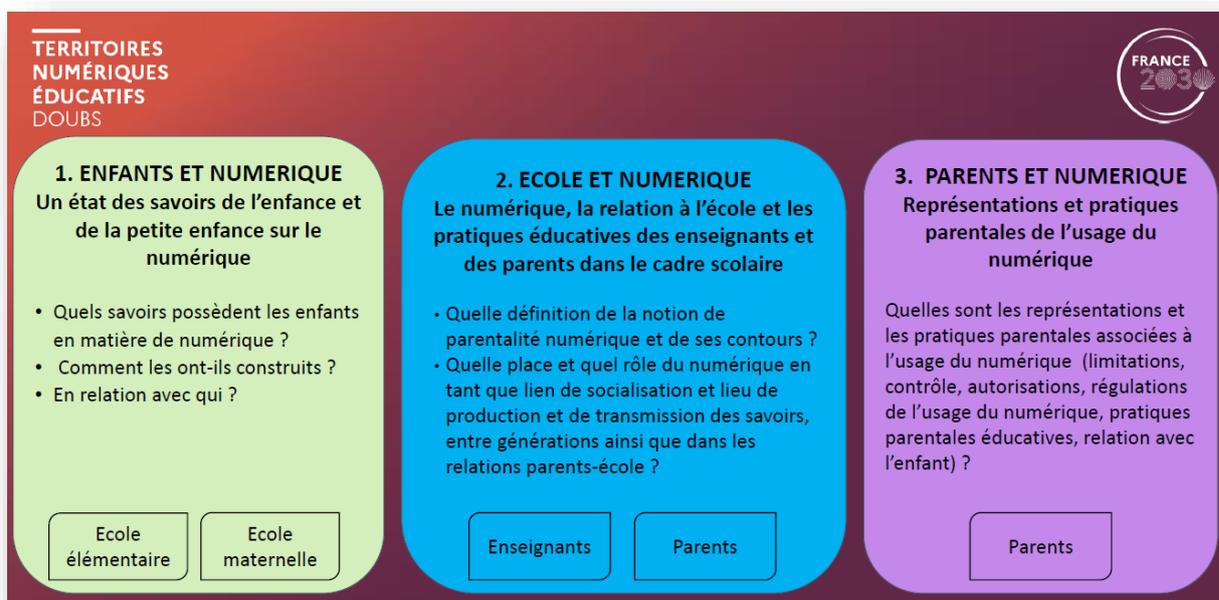


## ●● Conférence - Le numérique au cœur des relations éducatives dans et hors l'école : études auprès des parents et des enseignants du Doubs

Hanna VERDEL / Université Marie et Louis Pasteur - [hanna.verdel@univ-fcomte.fr](mailto:hanna.verdel@univ-fcomte.fr)

Nelly CLERVAL / DSDEN du Doubs - [nelly.clerval@ac-besancon.fr](mailto:nelly.clerval@ac-besancon.fr)

Grâce à cette présentation, nous avons découvert le Partenariat-Recherche-Pratique (PRP) entre le Territoire Numérique Éducatif du Doubs et des chercheuses de l'Université Marie et Louis Pasteur. Trois enquêtes de terrain sont actuellement réalisées auprès des enfants, des parents et des enseignants concernant leurs usages du numérique dans la sphère familiale et en lien avec l'école.



Quelques résultats nous ont été partagés pour permettre un meilleur accompagnement des parents et des enfants face aux défis du numérique.

## ●● Table ronde

Marie ADAM-NORMAND /Rectorat - CLEMI Académie de Besançon – [marie.adam-normand@ac-besancon.fr](mailto:marie.adam-normand@ac-besancon.fr)

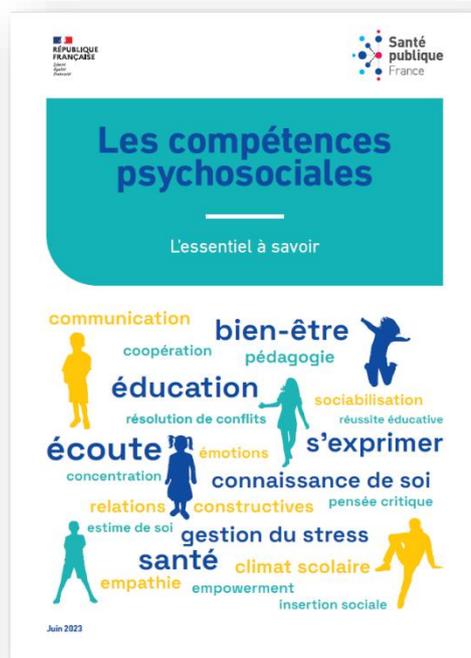
Claire FLECHON /Mutualité Française – [claire.flechon@bfc.mutualite.fr](mailto:claire.flechon@bfc.mutualite.fr)

Eva HAZEBROUCQ /Tinternet & cie – [eva@tinternet.net](mailto:eva@tinternet.net)

Ulrich VANDOORNE / Sauvegarde 71 – [uvandoorne.kairn71@sauvegarde71.fr](mailto:uvandoorne.kairn71@sauvegarde71.fr)

Les intervenant.e.s nous ont expliqué, au travers de leurs actions et programmes respectifs, comment ils s'appuyaient dans leur quotidien sur le renforcement des CPS pour encourager des usages numériques raisonnés.

- Présentation du projet « [Écrans en veille, enfants en éveil](#) » porté par la Mutualité Française et à destination des accueils de loisirs sans hébergement. Publics visés : animateurs, parents et enfants de 4 à 6 ans.
- Présentation du projet « [Programme de soutien aux familles et à la parentalité](#) » (PSFP) pour les parents et enfants de 6 à 11 ans par l'association Sauvegarde 71.
- Présentation de la BD « [Dans la tête de Juliette](#) » qui permet d'engager les débats avec les adolescents autour de leurs usages, pratiques et perceptions du numérique, et du kit de médiation « [Les écrans ? Apprendre à s'en servir pour ne pas les subir](#) » destiné aux professionnels qui accompagnent et soutiennent les parents.
- Présentation des ateliers « parents » proposés par [Tinternet & Cie](#).



## ●● Ateliers

Afin de favoriser le passage des concepts à la pratique, plusieurs ateliers ont été proposés en après-midi. Chacun.e des participant.e.s avait la possibilité de participer à 2 ateliers au choix parmi les propositions suivantes :

**ATELIERS DE 14H**

2 ateliers au choix par participant soit un à 14h et un à 15h15  
(dans la limite des places disponibles)

Inscriptions en ligne : <https://forms.gle/oYAbhjjCyUKuQKtMg>

**Atelier 1 : Questionner la co-éducation** / Karima Rochdi, UDAF 25 et Véronique Barçon, CEMEA  
Cet atelier permettra de réfléchir à l'organisation d'événements à destination des parents et de découvrir des outils pour leur animation, afin que tous les parents y trouvent leur place. La BD "Ecran total", qui vise à sensibiliser les parents d'enfants de 0 à 6 ans, sera notamment présentée.

**Atelier 2 : A quoi jouent les adolescents, et comment jouer autrement ?**  
/ Simao Sanchez, association Pixel bisontin  
Après une mise en contexte autour des problématiques actuelles liées au jeu vidéo, plusieurs mini ateliers seront proposés pour découvrir d'autres façons de jouer et d'accompagner les usages des jeunes.

**Atelier 3 : Retour sur des actions développées en milieu scolaire** / Nesrine Kattoum et Sarah N'Guyen, Lycée Ledoux, Besançon  
Deux retours d'expérience seront proposés au cours de cet atelier : une action de lutte contre le harcèlement, réalisé par des élèves ambassadeurs PHARE ; un projet autour du sommeil et des écrans, développé avec des étudiants en Service Sanitaire en Santé.

**Atelier 4 : Expérimentation d'outils d'intervention : cap sur les compétences psychosociales** / Anne-Suzy Chanut, Promotion Santé BFC  
Renforcer les compétences psychosociales est aujourd'hui reconnu comme un déterminant majeur de santé. Au cours de l'atelier, vous pourrez découvrir comment vous appuyer sur des outils d'animation sur la thématique des écrans pour développer certaines de ces compétences chez les enfants, les adolescents et les adultes référents.

**Atelier 5 : Les outils pédagogiques au service de séances de prévention liées aux écrans** / Sabine Chabert, Véronique Gautherot et Blessing Uzima, Addictions France  
Développer des outils pédagogiques pour des séances de prévention liées aux écrans est essentiel pour sensibiliser les enfants, adolescents et adultes aux risques d'une utilisation excessive ou inadaptée des écrans (smartphones, tablettes, ordinateurs, TV...). Ils doivent être intégrés dans une démarche éducative.

[KRochdi@udaf25.fr](mailto:KRochdi@udaf25.fr)  
[veronique.barcon@ce-meabfc.org](mailto:veronique.barcon@ce-meabfc.org)

[sanchez.simao@live.fr](mailto:sanchez.simao@live.fr)

[nesrine.kattou@ac-besancon.fr](mailto:nesrine.kattou@ac-besancon.fr)  
[sarah.nguyen-tanhon@ac-besancon.fr](mailto:sarah.nguyen-tanhon@ac-besancon.fr)

[as.chanut@promotion-sante-bfc.org](mailto:as.chanut@promotion-sante-bfc.org)

[sabine.chabert@addictions-france.org](mailto:sabine.chabert@addictions-france.org)  
[veronique.gautherot@addictions-france.org](mailto:veronique.gautherot@addictions-france.org)  
[blessing.pargemin@addictions-france.org](mailto:blessing.pargemin@addictions-france.org)  
[ddictions-france.org](mailto:ddictions-france.org)

## ATELIERS DE 15H15

1 atelier au choix par participant (dans la limite des places disponibles)

### Atelier 6 : "Insta, gloire et beauté" : la parentalité à l'ère du numérique

/ Eva Hazebroucq et Manon Suchet, Tinternet & Cie

Vous travaillez avec des enfants, ados ou familles, et la question des écrans est fortement présente dans votre environnement professionnel ? Cet atelier est conçu pour s'approprier concrètement le fonctionnement et les enjeux liés au réseau Internet. Il a pour objectifs de donner des clés et ressources afin de comprendre les pratiques des jeunes sur la toile, de prévenir les risques et de savoir comment réagir face à des situations problématiques (cyberdépendance, cyberharcèlement, exposition inappropriée etc.).

[manon@tinternet.net](mailto:manon@tinternet.net)

[eva@tinternet.net](mailto:eva@tinternet.net)

### Atelier 7 : Intégrer les compétences psychosociales dans sa pratique d'accompagnement au quotidien : un retour d'expérience

/ David Elvira, Sauvegarde 71

De nombreux programmes collectifs basés sur les compétences psychosociales (CPS) se développent sur les territoires. Des outils visant à renforcer les compétences des personnes accompagnées sont transposables dans une pratique individuelle et révèlent leur efficacité, auprès des plus jeunes comme des adultes.

[delvira.kairn71@sauvegarde71.fr](mailto:delvira.kairn71@sauvegarde71.fr)

### Atelier 8 : Le kit médiation à destination des parents "Les écrans ?

Apprendre à s'en servir pour ne pas les subir" / Marie Adam-Normand, Rectorat - CLEMI Académie de Besançon

Près d'un parent sur deux ne se sent pas suffisamment accompagné dans l'encadrement des pratiques numériques de son enfant. Face aux défis de la parentalité à l'ère du numérique, ce kit propose des ressources pour les professionnels qui conseillent et soutiennent les parents.

[marie.adam-normand@ac-besancon.fr](mailto:marie.adam-normand@ac-besancon.fr)

### Atelier 9 : Expérimentation d'outils d'intervention : cap sur les compétences psychosociales

/ Anne-Suzy Chanut, Promotion Santé BFC

Renforcer les compétences psychosociales est aujourd'hui reconnu comme un déterminant majeur de santé. Au cours de l'atelier, vous pourrez découvrir comment vous appuyer sur des outils d'animation sur la thématique des écrans pour développer certaines de ces compétences chez les enfants, les adolescents et les adultes référents.

[as.chanut@promotion-sante-bfc.org](mailto:as.chanut@promotion-sante-bfc.org)

## Évaluation de la journée

### ●● Participant.e.s

61 personnes ont participé à la journée du 24 juin 2025 et 33 personnes ont répondu au questionnaire de satisfaction (clôture du questionnaire en ligne le 19 août 2025).

Les profils des participants étaient relativement variés : collectivités (villes, communautés de communes, départements), Éducation nationale, associations d'horizons divers (prévention, éducation populaire, ...), universitaires, centre de santé, structures médico-sociales, structures d'accueil du jeune enfant, Gendarmerie nationale, etc.

18 intervenant.e.s ont été mobilisé.e.s sur la co-construction et l'animation de cette journée.

### ●● Une journée appréciée dans son ensemble

Les participant.e.s ont globalement apprécié la journée dans son ensemble (**7,5/10** en moyenne).

Celle-ci a répondu pleinement aux attentes de 55 % des répondants, pour 39 % d'entre eux, la réponse aux attentes n'était que partielle et pour 6% personnes les attentes n'ont pas été comblées.

Les participants ont précisé leur réponse concernant les attentes qui n'avaient pas été remplies : plus d'apport théoriques, pas assez d'espaces d'échanges entre participants et/ou intervenants, manque d'outils pour les moins de 6 ans et leurs parents, manque de temps sur la journée pour appréhender toutes les ressources et souhait de pouvoir participer à plus d'ateliers. À noter que la découverte d'outils/ressources et les contacts/réseautage ressortent comme des attentes fortes ayant été comblées par ailleurs.

L'expérimentation sous forme d'ateliers, les échanges entre participants, la présentation d'outils concrets, sont les points fort soulignés pour cette journée. L'approche positive des compétences psychosociales a également été mise en avant de nombreuses fois comme un levier pertinent pour travailler autour des écrans.

*« Les cours échanges entre professionnel.le.s d'horizons variés, et la confrontation de nos diverses problématiques/difficultés concernant les écrans. En particulier le brise-glace du matin »*

*« Le fait de positiver le plus possible les CPS des personnes »*

Concernant les pistes d'amélioration, les échanges entre participants et avec les intervenants sont à privilégier. Les résultats issus du Partenariat-Recherche-Pratique intéressent mais semblent difficilement appropriables par les acteurs présents.

## ●● Des pistes pour agir

Les répondant.e.s ont apprécié échanger leurs différents points de vue sur les écrans et partager sur les difficultés rencontrées dans leurs pratiques. L'accompagnement des parents est un enjeu partagé par de nombreux acteurs et ce, quel que soit l'âge des enfants.

*« Tout n'est pas mauvais dans les écrans »*

Voilà une des idées fortes retenue par quelques répondant.e et c'était bien là notre intention. Ne pas diaboliser mais réfléchir à l'accompagnement des enfants, des jeunes et des parents dans cette société de plus en plus marquée par le numérique.

Renforcer ses compétences psychosociales en tant que professionnel.le.s et soutenir le développement des compétences psychosociales des enfants, des jeunes et de leurs parents est un levier d'intervention mis en avant lors de cette journée et qui apparaît donc logiquement dans les idées fortes retenues par les participant.e.s.

S'intéresser aux pratiques pour mieux les accompagner est également soulignée comme une idée forte à retenir.

## ●● Des pratiques en évolution

25 répondants pensent pouvoir utiliser les apports (connaissances, outils, ressources, ...) dans leurs pratiques professionnelles.

Des besoins complémentaires sont soulignés par 15 répondants et concernent :

- Les temps d'échanges avec les parents (animation, outils, ...)
- Des outils adaptés pour les enfants entre 3 et 6 ans
- Des formations sur les CPS
- D'autres temps d'échanges (ateliers, actualisation des données, ...)



## Perspectives

Les enjeux associés au numérique vont probablement s'accroître dans les années à venir. Pour rappel, le déploiement des CPS fait l'objet d'une instruction interministérielle publiée le 19 août 2022. Celle-ci présente la stratégie nationale et multisectorielle de renforcement des compétences psychosociales des enfants et des jeunes.

Au niveau local, l'ARS BFC et Promotion Santé BFC proposent des formations, sensibilisations, présentation d'outils et échanges de pratiques depuis lors pour favoriser une culture commune, l'interconnaissance et le partage de bonnes pratiques.

Plusieurs programmes sont déployés en région par différents opérateurs de prévention.

Ces actions sont rassemblées dans la [présentation de l'offre de renforcement des CPS en BFC](#) (juillet 2025)

Renforcer les CPS des enfants, des jeunes et de leur famille reste un levier d'intervention majeur pour agir en promotion de la santé et encourager des usages numériques raisonnés.

Nous tenons une fois de plus à remercier l'ensemble des partenaires pour leur implication dans la co-construction et la co-animation de la journée du 24 juin 2025 et l'ARS BFC pour leur accueil et la mise à disposition des salles au Pôle Viotte à Besançon.

