

Ce site utilise et partage avec des tiers (partenaires ou prestataires) des cookies et autres traceurs à des fins de statistiques et de mesure d'audience, de partage de contenu sur les réseaux sociaux et d'utilisation d'outils de visualisation multimédia.

Le dépôt de ces cookies est soumis à l'obtention de votre consentement préalable à l'exception de certains cookies nécessaires au fonctionnement du site et des cookies de mesures d'audience pouvant être regardés comme exempts de consentement. Vous pouvez paramétrer votre choix, finalité par finalité, en cliquant sur « Paramétrer » et modifier votre choix à tout moment lors de votre navigation sur le site en cliquant sur l'onglet « Gérer les cookies » (accessible sur le site, en bas de page). Pour plus d'informations, [voir notre politique Cookies](#).

[ACCEPTER](#)

COMMENT CONTRÔLER JUSTEMENT L'USAGE DES MÉDIAS NUMÉRIQUES DE VOS ENFANTS ? AVEC LA CNAFC

Date de publication : 19/01/2022 - Internet/multimédia

Imène : "Bonjour, je m'appête à offrir un smartphone à ma fille. Quel contrôle parental puis-je installer pour garder un ?il sans être trop intrusive ?".

En effet, Imène, les risques liés à l'usage des médias numériques sont réels :

- addictions,
- contenus inappropriés ou choquants, cyber-harcèlement.

Le contrôle parental est un moyen de limiter ces risques.

Une des premières craintes des parents est le temps que leurs enfants passent devant leur écran. Restreindre le temps d'usage est actuellement, selon Médiamétrie, la mesure la plus difficile à appliquer. De nombreuses applications ont vu le jour pour gérer ce temps d'écran et limiter les durées d'usage par jour. En durées cumulées ou selon des plages prédéfinies, par exemple.

Pour éviter les mauvaises surprises comme de mauvaises rencontres sur le web pour vos enfants ou des factures salées pour vous, des logiciels gratuits ou payants peuvent être installés sur ordinateur, tablette ou smartphone.

Ces applications permettent :

- d'effectuer des paramétrages pour filtrer les sites,
- de limiter l'usage des applications,
- de contrôler les contenus (Facebook, SMS).

Des solutions sont également proposées pour Mac, Windows et sur les distributions GNU/Linux. Les prestations offertes dépendent du système d'exploitation (Windows, Android, IOS?), du logiciel sélectionné et de la version du logiciel choisi (existence de différentes options/versions).

Il importe, en outre, d'adapter les paramètres du logiciel du contrôle parental à l'âge des enfants. Et ce, d'autant plus, que certains peuvent être intrusifs (géolocalisation, accès aux contenus échangés?).

En tout état de cause, ces outils sont une bonne aide mais ne peuvent remplacer la vigilance des parents. Vous pouvez aussi au quotidien établir des règles liées à la limitation d'usage des écrans en temps :

- pas d'écran les jours d'école,
- ou en lieu : pas d'écran dans les chambres.

Le contrôle parental pour être efficient doit se faire de toutes les façons en concertation avec l'enfant et il reste essentiel d'échanger régulièrement autour de ce sujet.

N'hésitez pas à vous rendre sur le site e-enfance.org Vous y trouverez des fiches ressources pour la mise en place des différents contrôle parentaux existants.

En résumé :

- limiter les durées d'usage par JOUR ou DURÉES CUMULÉES ou PLAGES PRÉDÉFINIES ,
- possible sur les systèmes Mac, Windows, GNU/Linux.