



**ACADÉMIE
D'ORLÉANS-TOURS**

*Liberté
Égalité
Fraternité*

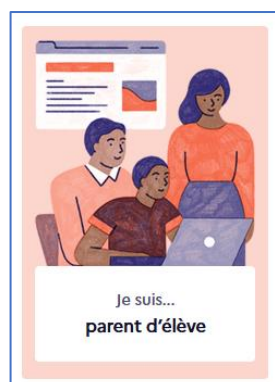
**Délégation de région académique
au numérique éducatif**

FICHE 2 : « Des ressources pour accompagner les familles »



- Le guide « **Bien grandir avec les écrans : des repères pour chaque âge** » du ministère de l'Éducation nationale fournit des préconisations pour un usage progressif et accompagné du numérique. Il présente les règles essentielles (pas d'écran le matin, pendant les repas, avant le coucher...) et détaille les pratiques conseillées selon les tranches d'âge, de la petite enfance au lycée. On y trouve également des conseils pratiques pour les parents sur la protection en ligne, la prévention du cyberharcèlement et le développement de l'esprit critique.

- La **plateforme Pix** propose des parcours et modules de formation spécialement conçus pour les parents. S'appuyant sur le référentiel de parentalité numérique (document de travail), ces parcours permettent d'intégrer plus facilement les compétences numériques dans la vie familiale. Ils sont accessibles sans inscription et peuvent être complétés en 5 à 20 minutes : <https://pix.fr/parcours-autonomes#slice-2>



- La **plateforme TNE Parentalité numérique**, développée par la Trousse à Projets, met également à disposition des ressources pour les parents. Basées sur la Mallette Collège et les idées reçues sur le numérique, elles offrent des conseils pour accompagner les enfants dans l'usage du numérique à l'école et à la maison, gérer le temps d'écran et comprendre les outils scolaires. Ces ressources sont accessibles gratuitement, sans inscription : <https://tne.trousseaprojets.fr/>