

Grandir en santé avec les écrans

Pour les enfants de la naissance à 4 ans





Pour bien grandir,
j'ai besoin d'échanger
avec mon entourage,
d'inventer des histoires,
d'empiler, de courir, de danser,
de grimper, d'assembler,
de dessiner, de rire,
de chatouilles, de sourires
de câlins...

Côté enfant

Je m'appelle

J'ai an(s).

Carnet remis le



Cherche-nous !



Les premiers échanges

De la naissance à 1 an



On parle de ce que l'on voit en balade

On joue dans le bain



On discute pendant le change



L'enfant découvre le Monde et son environnement. C'est grâce aux mots de l'adulte qu'il comprend ce qui se passe autour de lui.

Tous les échanges sont des moments d'éveil. L'enfant est très sensible aux voix, d'autant plus si elles sont familières. Il ressent l'intention de l'adulte même si le sens des mots lui échappe pour l'instant.

De la naissance à 1 an

Les premières découvertes



L'enfant réalise beaucoup d'expériences pour bien comprendre son environnement. Il a besoin de toucher, sentir, voir dans l'espace les différents objets autour de lui. L'adulte le guide dans ses nombreuses découvertes. L'enfant sollicite d'ailleurs l'attention de l'adulte (son regard, ses mots) et recherche les échanges. Les phrases dites par l'adulte dans un contexte précis permettent progressivement à l'enfant de leur donner du sens.



On raconte une histoire

On joue avec des cubes, des balles...



On chante pendant les trajets



On décrit ce qu'on voit en courses

Les premières expériences autonomes

De 2 ans à 3 ans



On joue à la dinette, aux voitures,
on se déguise, on crée,...



L'enfant cherche à affirmer ses goûts et veut faire seul. Les échanges avec les autres sont toujours importants.

L'enfant va chercher à imiter ce que font les adultes autour de lui. Il fait semblant, il exprime ses émotions.

L'enfant a besoin de jeux en extérieur pour bouger et être à l'aise avec son corps.

On court, on saute, on glisse sur le toboggan,
on fait de la balançoire,...



On discute en s'habillant

De 2 ans à 3 ans

Les premiers jeux partagés

On s'intéresse aux jeux de société
aux jeux coopératifs,...



On se crée des histoires, on joue
à plusieurs, on fait semblant,...



C'est la période du développement
de l'imagination, de la précision
des gestes et de la construction des
phrases.

Pour progresser dans ses apprentissages,
l'enfant a besoin de soutien lors de ses
expériences et d'encouragements pour
persévérer.

Les jeux de société, les jeux avec les autres
sont autant d'occasions de vivre en groupe
et d'y trouver sa place.



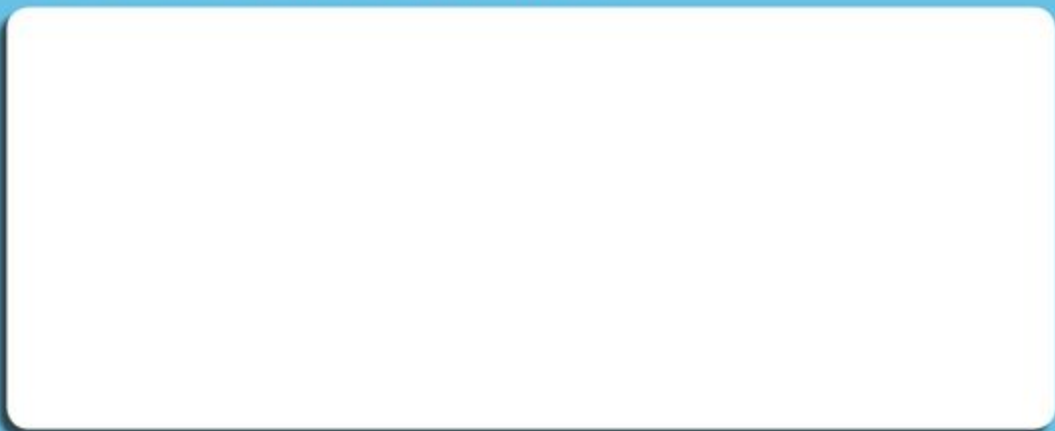
On profite du repas pour parler ensemble

Côté parents

Avec moins d'écrans, dans ma famille, il s'est passé



Ce que nous aimons faire ensemble :



La campagne

Grandir en santé avec les écrans

En quelques années, les écrans ont envahi notre quotidien. S'ils sont utiles pour le travail ou les services, les spécialistes de toutes disciplines s'accordent sur le fait qu'une utilisation en dessous de 4 ans n'a aucun bénéfice pour les apprentissages et est même à éviter.

Par le biais de ce livret (et de diverses autres actions à venir sur le territoire), nous vous présentons des exemples d'actions simples du quotidien nécessaires au développement en santé des jeunes enfants. Chez les tout-petits, il est nécessaire de laisser du temps pour les échanges en famille, entre enfants, avec des jouets, ou simplement pour s'ennuyer.

Il est vrai que le pire effet des écrans, c'est ce qu'ils nous empêchent de faire pendant qu'on les regarde.

"Écrans en veille, enfants en éveil"

- Yopoka

Près de chez vous :

Le territoire s'engage :



Avec la collaboration d'orthophonistes du Lunévillois