

Point de vigilance : ce document ne constitue pas une bibliographie.

Il s'agit uniquement de partager dans le cadre de votre formation des ressources complémentaires issues des veilles du CODES 93.



Formation financée par l'Agence Régionale de Santé Île-de-France – ARS-IdF,
déployée par le Comité d'éducation pour la Santé – CODES 93

« Concevoir et animer des actions collectives de prévention des usages problématiques des écrans, auprès de jeunes en insertion, en Ile-de-France »

Liens vers des ressources supplémentaires. Il s'agit ici de porter à votre connaissance des ressources en lien avec votre formation. Les documents de ce dossier ne sont pas à imprimer. Ils correspondent à des éléments issus des veilles documentaires réalisés par le CODES.

HAUT CONSEIL DE LA SANTE PUBLIQUE -

Effets de l'exposition des enfants et des jeunes aux écrans

<https://www.hcsp.fr/Explore.cgi/AvisRapportsDomaine?clefr=759>

Effets de l'exposition des enfants et des jeunes aux écrans (seconde partie) : de l'usage excessif à la dépendance

<https://www.hcsp.fr/explore.cgi/avisrapportsdomaine?clefr=1074>

.....

SANTE PUBLIQUE FRANCE - "Temps d'écran des enfants de 3 à 11 ans : un usage précoce, quotidien et marqué par les inégalités sociales"

<https://www.santepubliquefrance.fr/presse/temps-decran-des-enfants-de-3-a-11-ans-un-usage-precoce-quotidien-et-marque-par-les>

.....

ANSES - "Usages des réseaux sociaux numériques et santé des adolescents, décembre 2025"

<https://www.anses.fr/system/files/AP2019-SA-0152-RA.pdf>

.....

MINISTERE EDUCATION NATIONALE - Bien grandir avec les écrans Des repères pour chaque âge

<https://www.education.gouv.fr/sites/default/files/2025-09/flyer---bien-grandir-avec-les-crans-441993.pdf>

.....

MINISTERE EDUCATION NATIONALE - L'utilisation du numérique à l'École

L'École forme les élèves à maîtriser les outils numériques et le futur citoyen à vivre dans une société dont l'environnement technologique évolue en permanence.

<https://www.education.gouv.fr/l-utilisation-du-numerique-l-ecole-12074>

.....

MINISTERE "Écrans : des risques pour la santé physique et mentale des enfants, un accompagnement nécessaire"

<https://solidarites.gouv.fr/enfants-et-ecrans-des-risques-sanitaires-reels-un-accompagnement-necessaire>

.....

LUMNI - "Les écrans et nous : captivés ou captifs ?"

<https://enseignants.lumni.fr/parcours/1214/les-ecrans-et-nous-captives-ou-captifs.html>

.....

MILDECA

- **"L'Essentiel sur... les usages problématiques d'écrans"**
<https://www.drogues.gouv.fr/lessentiel-sur-les-usages-problematiques-decrans>
- **"Baromètre MILDECA/Harris Interactive 2024"**
<https://www.drogues.gouv.fr/barometre-mildecaharris-interactive-2024>
- **"Les écrans et les jeux vidéo"**
<https://www.drogues.gouv.fr/les-ecrans-et-les-jeux-video>

ASSURANCE MALADIE

- [Écrans : définition et chiffres clés](#)

<https://www.ameli.fr/assure/sante/themes/ecrans-enfance-adolescence/ecran-definition-chiffres>

- [Comment adapter l'usage des écrans à l'âge de l'enfant ou de l'adolescent ?](#)

<https://www.ameli.fr/assure/sante/themes/ecrans-enfance-adolescence/usage-ecran-age>

- [Bon usage des écrans : où trouver de l'information et à qui s'adresser pour être aidé ?](#)

<https://www.ameli.fr/assure/sante/themes/ecrans-enfance-adolescence/ecrans-information>

.....

GOVERNEMENT :

- "Écrans : apprendre à maîtriser ses usages"
<https://www.info.gouv.fr/actualite/ecrans-apprendre-a-maitriser-ses-usages>

- Plateforme
<https://jeprotegemonenfant.gouv.fr/ecrans/>

- Plan d'actions « Pour un usage raisonné des écrans par les jeunes et les enfants » et extension du site jeprotegemonenfant.gouv.fr
<https://solidarites.gouv.fr/plan-dactions-pour-un-usage-raisonne-des-ecrans-par-les-jeunes-et-les-enfants-et-extension-du-site-jeprotegemonenfantgouvfr>

.....

OFDT - mai 2026

Usages numériques et santé de l'enfant, de l'adolescent et du jeune adulte : enjeux métrologiques, mécanismes physiopathologiques et stratégies de prévention
Cette revue de la littérature liste les enjeux des métriques et les mécanismes physiopathologiques à l'œuvre chez les jeunes quant à leurs usages des écrans.

<https://www.ofdt.fr/sites/ofdt/files/2026-05/rapport-usages-numeriques-2026.pdf>

Point de vigilance : ce document ne constitue pas une bibliographie.

Il s'agit uniquement de partager dans le cadre de votre formation des ressources complémentaires issues des veilles du CODES 93.

.....

FEDERATION ADDICTION - Guide « Addictions sans substance »

https://www.federationaddiction.fr/wp-content/uploads/2022/08/guide_reperes_addictions_sans_substance.pdf

FEDERATION ADDICTION - "Adolescents et réseaux sociaux : entre usages intensifs, vulnérabilités et risques pour la santé"

<https://www.federationaddiction.fr/actualites/publics/jeunes/adolescents-et-reseaux-sociaux-entre-usages-intensifs-vulnerabilites-et-risques-pour-la-sante/>