

Pacte « PAS DE SMARTPHONE AVANT 15 ANS »

Nous vivons entouré-e-s d'écrans. Nous, réseau romand JOSE, cherchons à promouvoir des règles sur l'usage du numérique qui, même si difficiles à appliquer, commencent à faire consensus un peu partout dans le monde pour que les écrans soient une plus-value pour les jeunes et non l'inverse.

Nous invitons à réfléchir à l'utilisation dite « inéluctable » du numérique dans nos vies afin de prendre soin de notre santé, de nos relations, de notre avenir et de celui de la planète.

Nous encourageons chacun et chacune, pour soi-même, au sein de sa famille et de ses groupes d'ami-e-s à discuter ces propositions, à se fixer des objectifs ambitieux de déconnexion numérique et de reconnexion à l'humain et à la nature.

RAPPELONS-NOUS QUE :

Les écrans influencent le développement et le comportement des jeunes et peuvent causer des problèmes de santé : des phénomènes d'addiction, des problèmes articulaires et cardiovasculaires, d'obésité, de diabète, à cause du manque de mouvement, de l'anxiété, du mal-être, de la difficulté à gérer les émotions, la frustration et à fournir des efforts.

Les écrans les exposent à des contenus inappropriés ou au cyberharcèlement.



C'EST POUR ÇA QUE NOUS, LES PARENTS,

- nous nous engageons à ne pas donner de smartphone à notre enfant avant 15 ans,
- nous donnons un accès à internet sous surveillance jusqu'à 15 ans,
- nous favorisons les repas sans écrans,
- nous encourageons les interactions, les activités et expériences sans écrans et cherchons nous-mêmes à donner l'exemple.

Date, signatures