

Journée départementale parentalité 2026



à destination des
professionnels

Conférence
interactive

Mardi 10 mars 2026

Salle des fêtes de Bayet

8 Rue des Edelins - 03520 BAYET

**En matinée une conférence interactive
«Les clés de la parentalité numérique»
et en après-midi des ateliers pratiques**

Intervention de
Laure Deschamps
de la
«Souris Grise»

souris grise 



Programme 2026

8h45 : Accueil café

9h15 : ouverture la journée

9h30 : Intervention de Laure Deschamps : « les clés de la parentalité numérique »

Laure Deschamps est spécialiste de l'accompagnement numérique, experte des contenus numériques, auteure et fondatrice de « La souris grise ». **souris grise** 

12h à 14h : Déjeuner libre (attention un seul restaurant à Bayet mais plusieurs à Saint-pourçain-sur-sioule à 10 min en voiture)

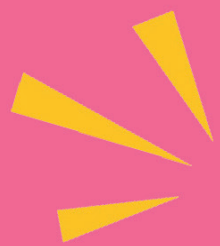
14h à 16h30 : Mini tables rondes avec présentation d'actions, échanges d'expériences et partages de pratiques :

TABLES RONDES

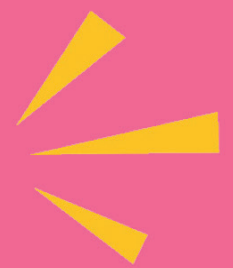
- 1 - Action « Jeu des Ecr@ns » et malle pédagogique « les P'tites projections » par l'ACEPP Auvergne
- 2 - Action « Parlons écrans en s'amusant » par le CS 123 BOCAGE
- 3 - Action « Et si on lisait » par la Maison Départementale des Solidarités
- 4 - Action « Ado' Reso' Sexo' : sexualité 3.0 » par la PMI
- 5 - « Présentation du jeu éducation aux écrans par Mpedia » par la PMI
- 6 - « Café IA et Médiation numérique » par les conseillers numériques (CD 03)
- 7 - Découverte Linux et l'utilisation dans la famille par les conseillers numériques (CD 03)
- 8 - Site PédaGoJeux, test Pix Parentalité numérique et jeu L'Odyssée du Numérique par l'UDAF 03.
- 9 - Action « Défi 10 jours sans écrans » par le CS de la Montagne bourbonnaise.

Objectif de la journée départementale 2026 :

Sensibiliser, informer et outiller les professionnels afin qu'ils puissent accompagner les familles et leurs enfants dans une utilisation responsable, sécurisée et épanouissante du numérique.



TABLES RONDES



1 - « Jeu des Ecr@ns » et malle pédagogique « les P'tites projections » par l'ACEPP Auvergne

Le « Jeu des Ecr@ns »

Ce jeu, créé initialement par l'ACEPP 74, a pour vocation l'animation de temps d'échanges conviviaux et ludiques autour de la thématique de l'utilisation des écrans dans le quotidien au sein des familles. Il s'adresse aux parents, notamment ceux ayant des jeunes enfants.

La modération de l'usage des écrans est l'un des sujets majeurs qui préoccupe parents et professionnels actuellement. Effectivement, les temps passés devant un écran peuvent avoir des impacts sur le quotidien des familles et dans la relation parents-enfants. L'objectif étant plutôt de « Cadrer et accompagner les écrans à tout âge, pour apprendre à s'en servir, et à s'en passer » (Serge TISSERON).

Les interventions, proposées par l'ACEPP, ont pour objectif de favoriser les échanges entre pairs pour partager des témoignages, des pratiques et élaborer des pistes ensemble. Le but n'est donc pas de culpabiliser les parents dans une société où le numérique occupe une place essentielle mais d'amener une réflexion sur les usages en famille, de favoriser l'expression des parents et de proposer des alternatives concrètes.

La malle pédagogique « les P'tites projections »

L'atelier les P'tites Projections est un atelier cinématographique à destination des tout-petits. Les ateliers sont modulés, à partir d'une sélection adaptée de courts-métrages, en fonction du projet et des envies de la structure. Les temps Les P'tites Projections sont créés suivant les besoins des tout-petits et rentrent dans les "bons usages" des écrans.

Les projections sont suivies de temps multi sensoriel pour lier l'expérience visuelle à d'autres modalités sensorielles et faire le lien entre le virtuel et la réalité.

◆ **Et si les écrans devenaient un sujet de dialogue plutôt que de tension ? Place maintenant à la table ronde...**

2 - « Parlons écrans en s'amusant » par le CS 123 BOCAGE

Depuis 2021, l'équipe du centre social 1 2 3 Bocage développe une journée ludique parents/enfants autour des usages du numérique.

Cette initiative est née du constat partagé que les parents manquent parfois de repères et d'informations pour accompagner leurs enfants dans l'utilisation des jeux vidéo, des réseaux sociaux et des écrans.

Pensée comme un temps de partage et d'échanges en famille, cette journée vise à informer, prévenir et sensibiliser petits et grands, tout en favorisant une approche positive et décomplexée du numérique.

◆ **Entre plaisir, inquiétudes et nouveaux enjeux comme l'intelligence artificielle, comment accompagner aujourd'hui les enfants dans leurs usages du numérique ? C'est ce que nous allons explorer ensemble lors de la table ronde...**



TABLES RONDES

3 - « Et si on lisait » par la Maison Départementale des Solidarités

Parents de tout-petits, d'enfants, de préados ou d'ados : on se reconnaît tous dans la même situation.

Quand l'ennui s'installe à la maison et que notre temps d'adulte se fait rare, trouver des idées d'occupation devient un vrai défi.

La solution la plus simple ? Les écrans. Téléphones, consoles, tablettes, réseaux sociaux... ils s'imposent souvent au quotidien.

C'est à partir de ce constat que l'équipe de la MSD du Florilège a imaginé une action de prévention dès la maternelle, en s'appuyant sur un support essentiel : le livre et la lecture. Un moyen ludique et accessible pour questionner nos habitudes, prendre du recul et réinventer des moments de partage en famille, simples et joyeux.

L'action se déroule à l'école maternelle, dans un cadre convivial, pour un temps d'échanges où parents, enfants et professionnels se rencontrent, discutent et réfléchissent ensemble.

◆ **Parce que chaque famille a ses réalités, ses astuces et ses questionnements, retrouvons-nous maintenant pour en discuter lors de la table ronde...**



4 - « Ado' Reso' Sexo' : sexualité 3.0 » par la PMI



Réseaux sociaux, relations, sexualité : et si on en parlait vraiment ?

Assistante sociale et sage-femme au Département de l'Allier, nous avons été confrontées sur le terrain à des situations graves de mise en danger de jeunes, directement liées à l'usage des réseaux sociaux.

Un constat s'est imposé : peu d'actions de prévention croisent réellement les réseaux sociaux avec la construction de la relation à l'autre, y compris dans la relation amoureuse et intime chez les jeunes.

C'est de cette réalité qu'est né le dispositif Ado Reso Sexo.

Des interventions interactives, menées auprès des jeunes de l'école primaire jusqu'à 25 ans, en milieu scolaire et hors cadre scolaire.

Nos actions s'adaptent aux besoins et aux demandes, autour de thématiques toujours en lien avec les réseaux sociaux :

- l'hypersexualisation du corps dans les médias
- le consentement ;
- quand le porno s'invite sur le portable des ados ;
- nues et sexting.

Jeux, vidéos, audios servent de supports pour nourrir des échanges riches, vivants et sans tabou. Nos interventions évoluent en permanence au fil des discussions, car les jeunes sont les véritables experts de leurs usages et de leurs pratiques.

◆ **Venez découvrir notre démarche, échanger avec nous... et pourquoi pas, repartir avec l'envie de créer votre propre action de prévention.**



TABLES RONDES

5 - « Présentation du jeu éducation aux écrans par Mpedia » par la PMI

Écrans et enfants : parlons-en ensemble !

Les puéricultrices vous proposent de découvrir les recommandations officielles sur l'usage des écrans selon l'âge des enfants, à partir d'un document élaboré par la PMI.

Grâce à des supports variés et concrets – fiches Mpedia, vidéo sur le "still face" – nous échangeons autour de questions essentielles :

- quel est l'impact réel des écrans sur le développement des enfants ?
- comment les utiliser de manière raisonnée, positive et sécurisée, sans les diaboliser, en tenant compte de l'âge et des besoins de chaque enfant ?

Nous terminerons par une sélection d'ouvrages jeunesse pour accompagner les plus petits et ouvrir le dialogue autour des écrans dès le plus jeune âge.

◆ **Un temps d'échange accessible, bienveillant et pratique pour mieux comprendre, ajuster et accompagner les usages numériques en famille. Rejoignez la table ronde ...**

6 - « Café IA et Médiation numérique » par les conseillers numériques (CD 03)

Les conseillers numériques du Département vont animer cette table ronde en vous présentant plusieurs séquences courtes et dynamiques, mêlant activités interactives, temps d'information et moments de débat..

On informe, on questionne, on débat... tout en donnant des clés concrètes pour adopter les bons usages du numérique et développer les réflexes nécessaires pour débusquer les deep-fakes.

◆ **Et si on prenait le temps de comprendre l'IA plutôt que de la subir ? Rejoignez le Café IA pour échanger, débattre et repartir avec des clés concrètes.**

7 - Découverte Linux et l'utilisation dans la famille par les conseillers numériques (CD 03)

Linux : un système d'exploitation compliqué réservé aux ingénieurs ?

Loin de là ! Venez découvrir avec les conseillers numériques PrimTux, une version adaptée pour des enfants d'âges différents, avec des activités ludo-pédagogiques qui prolongent les apprentissages scolaires.

Plusieurs écoles et familles de notre département sont déjà équipées.

Vous pourrez aussi tester d'autres systèmes d'exploitation sécurisés et super légers comme Zorin OS, MX Linux ou encore Mint, qui permettent de donner une seconde jeunesse aux PC.

◆ **Et si Linux devenait simple, ludique et accessible à toute la famille ? Venez en discuter lors de la table ronde.**



TABLES RONDES

8 - Site PédaGoJeux, test Pix Parentalité numérique et jeu L'Odyssée du Numérique par l'UDAF 03.

Jeux vidéo : on joue, on échange, on décrypte !
Le conseiller numérique de l'UDAF présente des outils concrets pour accompagner les parents : PédaGoJeux, le test Pix – Parentalité numérique (spécial jeux vidéo) et le jeu L'Odyssée du Numérique, pensés pour faciliter le dialogue en famille autour des pratiques numériques.

Place ensuite à une activité ludique et participative : à partir de 10 jeux vidéo parmi les plus joués, classés selon les normes PEGI (3 à 18 ans), les participants associent chaque jeu à l'âge qui leur semble le plus adapté, à l'aide de cartes ou de jetons.

Un excellent prétexte pour faire émerger les représentations, questionner les usages, repérer les contenus sensibles et échanger sur les bons réflexes à adopter.

La séance se termine par un tour d'horizon de ressources utiles pour prolonger la discussion à la maison et outiller les parents face aux jeux vidéo et au numérique.

◆ **Jeux vidéo et parentalité : jouons, échangeons et décodons ce que nos enfants regardent et jouent au quotidien ... Rejoignez la table ronde pour en discuter ensemble...**



9 - « Défi 10 jours sans écrans » par le CS de la Montagne bourbonnaise.

Prendre conscience des différents écrans que l'on regarde au quotidien, de son temps passé devant les écrans et leur utilisation et tenter d'y trouver des alternatives. Tel a été le défi lancé aux enfants, aux jeunes et aux familles de la Montagne Bourbonnaise durant 10 jours.

L'équipe du centre social de la Montagne bourbonnaise s'est mobilisée collectivement pour proposer un défi non moralisateur portant sur la recherche d'alternatives aux temps d'écrans : Ateliers, activités, sorties, rencontres, conférences.

Comme support au défi, un livret, distribué aux 500 élèves présents en Montagne Bourbonnaise, permettant notamment :

- de mesurer son temps d'écran ;
- de se fixer un objectif de réduction sur les 10 jours ;
- de poser un cadre en famille dans la gestion de ses écrans.

L'atelier proposé permettra de présenter la démarche dans sa globalité ainsi que le livret distribué aux familles et les animations associées.

◆ **Un moment pour découvrir le défi, partager vos astuces et réfléchir collectivement à des solutions simples et ludiques : rejoignez notre table ronde et échangeons ensemble !!**

