

# COLLOQUE POUR DE SAINES HABITUDES DE VIE AVEC LES ÉCRANS

## HOMMAGE À JACQUES BRODEUR

SAMEDI 15 OCTOBRE 2022 DE 9H À 18H  
SALLE DES FÊTES MAIRIE DE PARIS 19ÈME



Fresque Ecole St François Xavier d'Urrugne

### AU PROGRAMME

Hommage à Jacques Brodeur : Des écrans intelligents au développement de personnes intelligentes  
Impact des jeux vidéos sur le cerveau et les risques de maladies psychiatriques  
Jeux vidéos : comment prendre du recul sur les nouvelles pratiques?  
Enfants et écrans : les parents aux prises avec des injonctions paradoxales.

Partages d'expériences associatives

INSCRIPTIONS EN LIGNE SUR SITE INTERNET  
[WWW.ALERTECRAN.ORG](http://WWW.ALERTECRAN.ORG)



## **9h00 : Accueil des participants et présentation introductive**

**9h30 - 10h**

### **Des écrans intelligents au développement de personnes intelligentes :**

#### **Hommage à Jacques Brodeur**

Partout dans le monde, les générations actuelles de jeunes vivent un style de vie numérique, à la fois pour les loisirs et pour la gestion des revenus. La plupart de leurs parents sont des immigrants numériques. Cependant, la génération de jeunes né depuis l'arrivée des téléphones intelligents devient rapidement assez vieille pour devenir eux-mêmes parents. Nous savons que les médias sur écran et l'intelligence artificielle sont destinés à rendre la vie plus facile. Il y a un moment où les choses deviennent trop faciles et, en tant que créatures d'habitude qui ont tendance à rechercher des moyens moins exigeants, nous risquons notre nature adaptative en tant qu'espèce humaine en réponse à la résolution de problèmes et à la régulation émotionnelle. Cela a des répercussions sur l'organisation et le développement du cerveau.

Cette conférence portera sur les recherches les plus récentes sur les impacts des médias sur écran et de la numérisation sur le bien-être bio-psycho-social des jeunes. Nous aborderons les stades de développement préscolaire, scolaire, adolescence et d'émergence de l'âge adulte. Nous revisitons de manière critique les directives de mode de vie de l'Organisation mondiale de la santé dans les conclusions concernant la direction que nous prenons pour un avenir plus adapté. C'est surtout l'avenir que Jacques Brodeur avait envisagé dans ses projets et ses communications. Son objectif était que les gens apprécient l'interaction familiale et sociale, l'activité physique et les merveilles de la nature. Son charisme ainsi que son humour et ses convictions ont réussi à faire de son défi « 10 jours sans écrans » un grand succès, tant en Europe qu'en Amérique.

**Linda S. Pagani, Ph.D.**

**Professeure, FAS-École de psychoéducation, Université de Montréal, CANADA**

**10h00 à 11h**

### **Impact des jeux-vidéos sur le cerveau et sur les risques de maladies psychiatriques**

L'hippocampe est une partie du cerveau impliquée dans la mémoire et un grand hippocampe protège contre plusieurs troubles neurologiques et psychiatriques, tels que la dépression et la maladie d'Alzheimer. La mémoire spatiale, est un type de mémoire qui dépend de l'hippocampe. Avec l'âge, les gens utilisent de moins en moins la mémoire spatiale, au profit des noyaux caudés, qui sont impliqués dans l'automatisation des comportements, des habitudes et des récompenses. Les recherches menées dans notre laboratoire ont montré que lorsque les gens stimulent leurs noyaux caudés avec des jeux vidéo, cela réduit le volume de l'hippocampe.

De plus, nous avons montré que les jeux vidéo augmentent les symptômes du TDAH. Ces données ont des implications pour les stratégies d'intervention thérapeutique.

**Veronique Bohbot, Ph.D.**

**John R. & Clara M. Fraser Memorial Award Recipient**

**Professor, Department of Psychiatry Member, Department of Neurology and Neurosurgery Faculty of Medicine, McGill University Douglas Mental Health University Institute, Quebec, Canada**

---

### **11h à 11h15 : Echanges avec la salle**

---

#### **11h15 à 11h45**

##### **Jeux vidéo : comment prendre du recul sur les nouvelles pratiques ?**

Avec la généralisation de nouveaux supports ces dernières années, l'industrie du jeu vidéo a beaucoup évolué. Plus de la moitié du marché est désormais occupé par les jeux mobiles, dont certains sont présentés comme « gratuits ». En réaction, les secteurs plus traditionnels des jeux sur consoles et ordinateurs ont dû s'adapter. Comment ces changements renouvellent-ils les pratiques des joueurs et les questions liées à l'addiction ?

**Adrien Mitterrand**

**Enseignant en lycée, formateur, réalisateur et critique de cinéma**

---

#### **11h45 à 12h15**

##### **Enfants et écrans : les parents aux prises avec des injonctions paradoxales**

La prolifération des écrans dans la vie des familles s'accompagne d'une forte propension à en faire un usage excessif. Or, les conséquences néfastes sur la santé et le bien-être des enfants ne sont plus à démontrer.

Face à cette réalité, les guides et recommandations en direction des parents se multiplient. Mais cela suffit-il à enrayer ce phénomène préoccupant ? Dans quelle mesure une gestion raisonnée et raisonnable des écrans est-elle envisageable ? Relève-t-elle de la seule responsabilité des parents ?

Le propos sera d'examiner la manière dont les parents sont pris en tension entre sages recommandations d'une part et pressions marketing, technologiques, politiques, d'autre part. À travers quelques exemples, seront examinés les discours contradictoires auxquels sont soumis les adultes qui exercent une responsabilité éducative vis-à-vis des enfants.

**Elisabeth Bâton Hervé**

**Docteure en sciences de l'information et de la communication, formatrice et conférencière, spécialisée dans les relations enfants-écrans, familles et médias numériques.**

**12h15 à 12h30 : Echanges avec la salle**

**PAUSE DEJEUNER**

Restauration possible dans le quartier

**14h à 14h30 : Alerte : Théâtre Forum** : situation de la vie quotidienne avec les écrans, quand le spectateur devient acteur

*Interventions suivantes 20 minutes de présentation suivies de 10 minutes d'échanges avec la salle*

**15h à 15h30 : Lève les yeux, l'ambition de la déconnexion** : Yves Marry, délégué général de Lève les yeux et auteur de "La guerre de l'attention ; comment ne pas la perdre" (Editions l'Echappée, 2022)

**15h30 à 16h : Défis sans écrans en Afrique et au Maghreb - Karim NAÏT MEDJANI** : Évolution du défi des dix jours sans écran de Jacques Brodeur en un défi d'un mois pour plus de naturel et moins d'artificiel dans toute l'Afrique.

**16h à 16h30 : 10 jours sans écrans** » une mobilisation sociétale pour une éducation à la réduction du temps écran » Eneko JORAJURIA, professeur des écoles Président de l'association.

**16h30 à 17h : Parents unis contre le Smartphone avant 15 ans**, Marie Alix Le Roy maman de deux collégiens à l'initiative du groupe Facebook« Parents unis contre les Smartphones avant 15 ans », et auteur du livre « Protégeons nos enfants des écrans » pour donner des conseils très pratiques aux parents.

**17h à 17h30 : Les Chevaliers du web** partageront leurs expériences de terrain, avec un mot à Jacque Brodeur qui était le parrain de l'association.

Ce colloque s'adresse aux éducateurs, parents, professionnels de 1ère ligne.

Sur inscription, accès gratuit au colloque.

INSCRIPTIONS EN LIGNE SUR SITE INTERNET  
[WWW.ALERTECRAN.ORG](http://WWW.ALERTECRAN.ORG)

