

N° XXX

ASSEMBLÉE NATIONALE

CONSTITUTION DU 4 OCTOBRE 1958

QUINZIÈME LÉGISLATURE

Enregistré à la Présidence de l'Assemblée nationale le XX.

PROPOSITION DE LOI

relative à la **prévention de l'exposition excessive des enfants aux écrans,**

présentée par Madame

Caroline JANVIER

députée.

EXPOSÉ DES MOTIFS

MESDAMES, MESSIEURS,

Le numérique modifie, avec une rapidité inégalée dans l'histoire humaine, nos comportements, nos organisations, et nos relations. Il demande ainsi non seulement aux individus mais aussi à la puissance publique une réelle capacité d'adaptation en un temps record.

Il y a vingt ans encore, le seul écran présent dans le foyer restait accroché sur le mur du salon. Aujourd'hui, les ordinateurs, tablettes, téléphones portables sont omniprésents dans notre société et suivent leurs utilisateurs dans leurs moindres déplacements. Les taux d'équipement des individus et le temps passé sur Internet démontrent l'intensité de leur utilisation et leur place dans nos vies.

Le phénomène est de grande ampleur et l'exposition commence dès le plus jeune âge. Si un seul chiffre était à retenir parmi l'ensemble de la documentation scientifique, celui de 728 heures semble le plus éloquent. 728 heures, cela correspond à la durée moyenne d'exposition annuelle des enfants de 3 à 10 ans aux écrans, à savoir près de 2 heures par jour¹. De plus, un tiers des enfants âgés de 0 à 3 ans prennent leur repas devant un écran², alors que la communauté scientifique internationale s'accorde à recommander l'absence totale d'exposition pour les moins de 3 ans. La télévision est omniprésente : les enfants de 2 ans sont ainsi 87% à la regarder, dont 68% quotidiennement, pour une durée moyenne de 6h50 par semaine³. De façon plus générale, les écrans ne sont plus des inconnus pour nos enfants : à l'âge de 2 ans, moins d'un enfant sur dix (9%) en est réellement tenu à distance.

Ce progrès technique comporte des zones d'ombre. En l'absence de régulation, l'excès d'écran peut devenir une menace pour nos enfants, en particulier pour les plus jeunes. Ces risques sont loin d'être anodins. Certains sont de l'ordre de l'équilibre physique et de la santé des enfants : qualité du sommeil⁴⁵, hypertension artérielle ou encore risques accrus d'obésité⁶⁷. D'autres sont de l'ordre du développement cognitif, intellectuel et relationnel. Il est aujourd'hui établi que le développement de l'enfant nécessite des interactions fréquentes avec son entourage, qui contribuent à l'apprentissage de l'environnement, à la relation à autrui ou encore aux réflexes psychomoteurs. Or, une étude focalisée sur un groupe d'enfants d'Ille-et-Vilaine a avancé en 2020 le fait que l'exposition à un écran avant l'école triplait les risques de troubles primaires de langage chez l'enfant – ces risques étaient multipliés par six, soit le double, si *a fortiori* les enfants ne discutaient jamais ou quasiment jamais des contenus visionnés avec leurs parents⁸. Selon l'OMS⁹, « le temps consacré à des activités sédentaires de qualité sans écran fondées sur l'interactivité avec un aidant – lecture, chant, histoires racontées ou jeux éducatifs par exemple – est capital pour le développement de l'enfant ».

¹ Observatoire de la vue des enfants, édition 2019, IPSOS pour Krys Group

² « Analyse des données scientifiques : effets de l'exposition des enfants et des jeunes aux écrans », Haut Conseil de la Santé Publique, janvier 2020

³ N. Berthomier et S. Octobre, « Enfants et écrans de 0 à 2 ans à travers le suivi de la cohorte Elfe », *Culture Etudes*, 2019-1, ministère de la Culture

⁴ <https://www.nature.com/articles/srep46104#article-comments> / "Daily Touchscreen use in infants and toddlers is associated with reduced sleep and delayed sleep onset". Scientific Reports, Celeste H. M. Cheung, Rachael Bedford, Irati R. Saez De Urabain, Annette Karmiloff-Smith & Tim J. Smith.

⁵ Helm AF, Spencer RMC. "Television use and its effects on sleep in early childhood". *Sleep Health*. 2019 Jun;5(3):241-247.

⁶ https://www.inspq.qc.ca/sites/default/files/publications/2154_temps_ecran_habitudes_vie.pdf

⁷ « Analyse des données scientifiques : effets de l'exposition des enfants et des jeunes aux écrans », Haut Conseil de la Santé Publique, janvier 2020

⁸ Manon Collet et coll., "L'exposition aux écrans chez les jeunes enfants est-elle à l'origine de l'apparition de troubles primaires du langage ? Une étude cas-témoins en Ille-et-Vilaine", *Bull Epidémiol Hebd*. 2020;(1):2-9.

⁹ OMS, « Le message de l'OMS au jeune enfant : pour grandir en bonne santé, ne pas trop rester assis et jouer davantage », who.int, 2019.

Il est pertinent de souligner l'enjeu essentiel que représente l'égal accès à l'information sur les risques de la surexposition des plus jeunes aux écrans. C'est là une question d'égalité des chances, lorsqu'il est connu que le bon développement des jeunes enfants – notamment pendant la période des 1000 premiers jours – joue un rôle crucial pour le reste de leur vie. La sensibilisation de la société entière à cette question doit permettre de dépasser les inégalités socioéconomiques constatées par les experts¹⁰¹¹¹²¹³.

Fort de ce constat, il a été décidé de sensibiliser la société à ces risques par le biais de différents leviers, à l'instar d'une [tribune collective](#) dans *Le Monde* ou encore d'appels parlementaires à la mobilisation. Pour que les solutions soient les plus adaptées à la réalité du terrain, nous avons lancé un appel à la co-construction en ligne d'une proposition de loi sur la plateforme Purpoz en décembre 2020. Cette initiative s'est achevée le 4 février 2022 et a permis de recueillir plus de 2 000 avis et près de 450 contributions écrites. Des auditions d'experts, de représentants de la société civile et de responsables politiques sur la plateforme Twitch ont également permis d'enrichir la présente proposition de loi, afin de soumettre à la représentation nationale un texte rassemblant les outils nécessaires à l'élaboration d'une véritable politique de prévention des effets de l'exposition excessive des enfants aux écrans.

Il convient d'affirmer que le but recherché par cette proposition de loi n'est ni de brider l'usage des nouvelles technologies, ni de les aborder par une approche scientifiquement biaisée ou technophobe. Il ne s'agit pas non plus d'interdire ni de sanctionner des pratiques allant à l'encontre de la liberté éducative des parents. L'éducation des enfants relève de choix personnels, du domaine de la sphère familiale. En revanche, il convient d'assurer à tous le même niveau d'information face aux constats et recommandations des experts.

Il s'agit d'une question qui s'inscrit fondamentalement dans un combat d'égalité des chances : assurer le même accès à la santé, à l'éducation, au développement individuel, quel que soit l'endroit où l'on vit et le niveau socio-économique des parents.

L'objectif de cette proposition de loi est donc de constituer la première pierre législative d'une politique publique adaptée, réaliste, fondée sur une approche équilibrée du numérique, en termes d'opportunités mais aussi de risques. Celle-ci doit être assez agile pour prendre en compte les différentes réalités du bon développement neuronal et cognitif de l'enfant selon son âge. Cette politique publique serait appelée à constituer un véritable **plan national contre la surexposition des enfants aux écrans**, composé d'un volet législatif que la présente proposition de loi vise à établir, mais également d'un volet réglementaire qui pourrait notamment inclure la question du temps d'exposition aux écrans dans les rendez-vous médicaux périodiques obligatoires de suivi des nourrissons et des enfants¹⁴. Des actions complémentaires à ces deux volets auraient également leur place dans ce plan national : campagne nationale de sensibilisation dans les médias, renforcement de l'information des parents via le carnet de santé sur les risques précis de la surexposition ou encore temps d'information systématisés dans les lieux d'accueil de la petite enfance auprès des parents. Enfin, des temps de sensibilisation pourraient être organisés dans les établissements scolaires.

La présente proposition de loi consacre ainsi, dans son **article 1^{er}**, la mise en place d'une politique publique de prévention des risques liés aux écrans numériques pour la jeunesse, via l'insertion d'un

¹⁰ « Enfant et écrans de 0 à 2 ans à travers le suivi de cohorte Elfe », Nathalie Berthomier et Sylvie Octobre, respectivement statisticienne et chargée d'études au Département des études, de la prospective et des statistiques, ministère de la Culture, 2019

¹¹ Annette Lareau, *Unequal Childhood Class, Race and Family Life*, Berkeley/Los Angeles, University of California Press, 2011.

¹² Joël Zaffran, *Le Temps de l'adolescence. Entre contrainte et liberté*, Rennes, PUR, 2010.

¹³ « Activités physiques et usage des écrans à l'âge de 2 ans chez les enfants de la cohorte Elfe », INED/Inserm/CRESS pour la Direction générale de la santé, décembre 2018

¹⁴ Modification par voie réglementaire de l'art. R2132-1 du code de la santé publique.

chapitre dédié dans le code de la santé publique, aux côtés de la lutte contre les dépendances telles que le tabagisme ou l'alcoolisme.

L'article 1^{er} prévoit l'établissement d'une plateforme numérique d'information à destination des parents. Il prévoit par ailleurs le développement d'outils de mesure adaptés, destinés à mieux apprécier les risques induits par l'exposition des enfants aux écrans.

Une politique de prévention repose, en grande partie, sur les professionnels en contact avec les enfants.

L'article 1^{er} prévoit ainsi d'intégrer dans la formation des professionnels de santé et du secteur médico-social, mais aussi celle des professionnels de la petite enfance, des modules spécifiques sur les risques liés aux écrans numériques pour le jeune public. Il s'agit ici de les sensibiliser sur ce thème et de les placer en position de nouer un dialogue avec les parents.

Par ailleurs, l'article 1^{er} impose l'ajout de mentions spéciales sur les emballages d'ordinateurs, de tablettes et de téléphones portables afin d'informer les consommateurs des dangers liés à la surexposition aux écrans. De plus, il met en place des messages de prévention dans l'ensemble des messages publicitaires portant sur ces produits.

L'article 1^{er} entend enfin limiter l'utilisation des téléphones, tablettes et ordinateurs portables et assimilés au sein des structures de la petite enfance et des écoles maternelles et primaires, en imposant à ces établissements de prévoir à cet effet des règles restrictives qui concernent les professionnels d'encadrement.

L'article 2 prévoit d'insérer des recommandations touchant à la bonne utilisation des écrans pour le jeune public dans le carnet de grossesse, document bénéficiant d'une large diffusion auprès des jeunes parents.

L'article 3 intègre la politique de prévention des risques liés aux écrans au nombre des missions dévolues au président du Conseil départemental dans son rôle de protection maternelle et infantile.

L'article 4 accorde un rôle central aux commissions départementales d'accueil des jeunes enfants, afin de recueillir et de diffuser les messages de prévention des risques liés à la surexposition aux écrans, à destination des professionnels de la petite enfance mais aussi des parents.

Enfin, **l'article 5** accorde au projet éducatif territorial un rôle explicite dans la prévention de la surexposition des élèves aux écrans lors du temps périscolaire.

PROPOSITION DE LOI

Article 1^{er}

Après le livre V de la troisième partie du code de la santé publique, il est inséré un livre VI ainsi rédigé :

« Livre VI : Prévention des risques liés à l'exposition des jeunes enfants aux écrans numériques

Titre unique

Chapitre unique

Article L3611-1

L'Etat met en œuvre une politique de prévention des risques liés à l'exposition aux écrans numériques pour les enfants de moins de 6 ans.

Il veille au développement d'outils de mesure des risques liés à l'exposition aux écrans numériques dans les lieux d'accueil des jeunes enfants, en particulier les écoles maternelles et primaires.

Article L3611-2

Une plateforme numérique comportant des informations sur les risques liés aux écrans numériques pour les enfants est mise en place à l'attention des parents.

Elle diffuse des recommandations sur les durées et les modalités d'utilisation recommandées des écrans numériques, en fonction de l'âge des enfants.

Article L3611-3

Les professionnels de santé et du secteur médico-social et les professionnels de la petite enfance reçoivent, au cours de leur formation initiale et continue, une formation spécifique sur les risques associés aux différents degrés d'exposition aux écrans numériques pour les enfants de moins de six ans.

Article L3611-4

Sans préjudice des dispositions relatives à l'apposition des marques distinctives mentionnées au 8° de l'article L. 311-39 du code des impositions sur les biens et services et prises en application du 3° de l'article L. 311-42 du même code, les unités de conditionnement, les emballages extérieurs et les suremballages, les boîtes de téléphones portables, ordinateurs, tablettes et produits assimilés comportent un message de prévention visant à informer les consommateurs des risques encourus par l'usage excessif de ces produits sur le développement psychomoteur, physique et cognitif des jeunes enfants.

Article L3611-5

Les messages publicitaires portant sur des téléphones portables, ordinateurs, tablettes et produits assimilés comportent un message de prévention visant à informer les consommateurs des risques encourus par l'usage excessif de ces produits sur le développement psychomoteur, physique et cognitif des jeunes enfants.

Dans le cas des messages publicitaires télévisés ou radiodiffusés, cette obligation ne s'applique qu'aux messages émis et diffusés à partir du territoire français et reçus sur ce territoire. La même obligation d'information s'impose à toute promotion, destinée au public, par voie d'imprimés et de publications périodiques édités par les producteurs ou distributeurs de ces produits.

Les modalités d'application du présent article, et notamment les conditions de consultation des annonceurs sur les actions de l'Institut national de prévention et d'éducation pour la santé, sont déterminées par décret en Conseil d'Etat après consultation du Bureau de vérification de la publicité.

Article L3611-6

I- Le règlement intérieur des établissements mentionnés à l'article L133-1 du code de l'éducation et à l'article L2324-1 du code de la santé publique régule l'utilisation, par les professionnels d'encadrement, de téléphones portables, tablettes numériques, télévisions et équipements assimilés en présence des enfants encadrés.

II- Le règlement intérieur des établissements mentionnés à l'article L133-1 du code de l'éducation et à l'article L2324-1 du code de la santé publique prévoit la mise en place d'une politique de prévention des risques liés à une exposition excessive aux écrans numériques chez les élèves.

Article L3611-7

Les modalités d'application des dispositions du présent chapitre sont déterminées par décret. »

Article 2

L'article L2122-2 du code de la santé publique est ainsi complété :

« Le carnet de grossesse comporte les messages de prévention suivants :

1° Jouer avec votre enfant est la meilleure façon de favoriser son développement.

2° Evitez d'exposer votre enfant à la télévision avant l'âge de 3 ans : elle nuit à son développement même s'il ne la regarde pas.

3° N'installez jamais de télévision dans la chambre de votre enfant.

4° Fixez des règles claires sur les temps d'écran, respectez de grandes plages de temps sans écran, et encouragez les jeux traditionnels.

5° Interdisez les outils numériques durant les repas et avant le coucher, et ne les utilisez pas pour calmer votre enfant.

6° Parlez avec votre enfant de ce qu'il voit et fait avec les écrans ; informez-vous sur les contenus des DVD, des programmes TV et des jeux vidéo.

7° Pensez à sécuriser les connexions. »

Article 3

Après l'alinéa 9 de l'article L2112-2 du code de la santé publique, il est inséré un alinéa ainsi rédigé :

« 8° Des consultations et des actions de prévention, aux côtés des professionnels de la petite enfance du territoire et des acteurs du parcours de l'enfant de 0 à 6 ans, portant sur les risques liés à l'exposition des enfants aux écrans. »

Article 4

Après l'article L214-6 du code de l'action sociale et des familles, il est inséré un nouvel article ainsi rédigé :

« Article L214-6 bis

La commission départementale de l'accueil des jeunes enfants définit les modalités de diffusion, aux professionnels de la petite enfance et aux parents, de messages de sensibilisation relatifs à l'usage des écrans numériques et à la prévention d'une exposition excessive des jeunes enfants à ces derniers. »

Article 5

Le deuxième alinéa de l'article L551-1 du code de l'éducation est ainsi modifié :

« Le projet éducatif territorial vise notamment à favoriser, pendant le temps libre des élèves, leur égal accès aux pratiques et activités culturelles et sportives et aux nouvelles technologies de l'information et de la communication. Il vise aussi à informer et à prévenir les risques liés à une exposition excessive des élèves aux écrans. Les établissements scolaires veillent, dans l'organisation des activités périscolaires à caractère facultatif, à ce que les ressources des familles ne constituent pas un facteur discriminant entre les élèves. »