

Réseau Enfance-Jeunesse (0-16 ans) :

Forum Paysage éducatif au Schönberg

Compte-rendu des discussions du 8.9.2026, 17h30-19h30

Lieu : Centre d'animation socioculturelle du Schönberg

Table des matières :

1. Introduction
2. Mise en contexte par l'association REPER
3. Discussions par groupe
4. Ressources et liens REPER (IP)
5. Liste des participant·e·s
6. Contact du service traiteur

1. Introduction

Lors de la rencontre du réseau enfance-jeunesse (0-16 ans) du mardi 8 septembre, une thématique a été retenue à la suite de préoccupations soulevées lors d'une séance du Groupe d'Accompagnement du Schoenberg. Plusieurs professionnel·le·s ont notamment fait part de leurs questionnements et de leurs inquiétudes concernant le manque d'encadrement autour de l'utilisation des réseaux sociaux, ainsi que l'usage excessif des écrans chez les tout-petits.

La soirée au Schoenberg a débuté par une mise en contexte proposée par Antoine Bays, de REPER (Promotion de la santé & prévention, Secteur Information & Projets).

Les participant·e·s ont ensuite été réparti·e·s en groupes de discussion en fonction des publics concernés : petite enfance, enfance et adolescence. Durant les 45 premières minutes, les groupes avaient pour objectif d'identifier les principaux questionnements et besoins du point de vue des parents, puis de mettre ces éléments en lien avec une ressource en ligne et une ressource disponible à Fribourg.

Lors des 45 dernières minutes, les groupes ont été invités à réfléchir à des actions concrètes de prévention pouvant être mises en place durant l'année 2027. Ces propositions seront rassemblées dans un agenda, qui sera ensuite diffusé auprès des familles. Elles peuvent s'adresser aux enfants, aux parents ou aux professionnel·le·s (par exemple : atelier sur l'installation du contrôle parental, intervention entre professionnel·le·s, prévention de l'endettement lié aux jeux vidéo chez les jeunes, etc.).

2. Mise en contexte par l'association REPER

Antoine Bays, de l'Association REPER (Secteur IP), a présenté les différents types de prévention ainsi que leur pertinence selon les publics-cibles. ([Présentation](#))

3. Discussions par groupe

3.1 Groupe Petite enfance (0 – 6 ans)

3.1.1 Questions des parents et ressources disponibles

Place des écrans (0-3 ans) :

- Quelle place donner aux écrans chez un tout-petit ?
- Pourquoi je suis tout le temps sur l'écran et mon enfant n'y aurait pas droit ?
- Les mamans ont tendance à être beaucoup sur les écrans après l'accouchement pour trouver des réponses à leurs questions. Comment jouer avec l'aîné ? Comment les parents peuvent revenir à l'instinct ? Être dans l'être, dans la présence ?
- Y a-t-il des risques de retard de développement ?
- L'alimentation prend du temps. Pour certains parents ça va plus vite avec un écran. Comment gérer cette situation ?
- Les écrans sont-ils bénéfiques pour l'apprentissage d'une langue étrangère ?
- À la crèche d'autres enfants parlent de dessins animés et le mien ne connaît pas. Est-ce qu'il risque d'être mis de côté ?

Les écrans et le bien-être au quotidien (0-3 ans) :

- Comment se sentir bien au quotidien avec son enfant, trouver du calme à la maison et gérer le manque d'espace extérieur ?
- Est-ce que je peux laisser mon enfant faire du bruit ?
- Que faire face à la méconnaissance des outils par les parents ?

Dynamique familiale (3-6 ans) :

- Mon enfant fait des crises quand j'enlève les écrans. Que faire ?
- À quel âge peut-on introduire les jeux vidéo ?
- Comment être cohérent dans une fratrie ?
- Comment trouver du temps, de l'énergie et la disponibilité physique/mentale pour stimuler son enfant et réussir à « souffler » ?
- Comment sortir de la solitude parentale et se faire confiance pour guider son enfant ?
- J'utilise les écrans comme moyen de garde quand j'ai besoin d'un moment de repos. Comment m'assurer que cela ne nuise pas à la communication avec mon enfant ?
- Comment gérer les désaccords à propos des écrans avec les grands-parents, les mamans de jour, etc. ?

Ressources accessibles :

- **Online :**
 - o [Digharmo.ch](https://digharmo.ch)
 - o [Ecrans ABC](https://digharmo.ch/fr/themes/ressources-et-pistes-educatives/les-ecrans-de-0-2-ans)
 - <https://www.digharmo.ch/fr/themes/ressources-et-pistes-educatives/les-ecrans-de-0-2-ans>
 - <https://www.digharmo.ch/fr/themes/ressources-et-pistes-educatives/les-ecrans-de-3-5-ans>
- **Institutions :**
 - o [LivrEchange](#)
 - o [La Parenthèse](#)
 - o [Maison de la petite enfance](#)
 - o [Né pour lire](#)

- [Ateliers découverte](#)
- [Office familial](#)
- [MEMO](#)
- [Minimove](#)
- [Racont'Art de Rire](#)
- [Charrettes !](#)
- [Cafés parents-enfants](#)
- [Devenir famille](#)

3.1.2 Idées de projets

Problématiques	Public-cible	Idées de projet	Parties prenantes
Isolement	Famille	Avoir des lieux de rencontre parents-enfants dans le quartier, places de jeux en bas de l'immeuble, Kiwi et cours de langue	Familles, enfants, conteuses
Développement du langage	Crèches, puéricultrices, parents	Ateliers d'échanges avec les parents	Logopédistes indépendantes, crèches, puéricultrices
Que faire avec mon enfant ?	Parents	Activités gratuites proposées pour les parents et pour les enfants, besoin d'un site, visibiliser ces activités	Charrettes, MiniMove
		Guide pour les parents (type BPA) par âge avec des conseils concrets, en langage simplifié, avec une permanence (commune Villars-sur-Glâne)	REPER, service santé
	Ecoles, crèches, enfants	Projet prévention marionnette « Titloupin et les écrans », traduction en allemand	Etourderie, SSP, DEFAC, Service de la culture
Sensibilisation de l'effet des écrans pour le développement des enfants	Personnes issues de la migration	Soirée d'info avec interprétariat, en albanais notamment	Se comprendre, REPER, Espace Femmes, inclure les papas !

3.2 Groupe Enfance (6 – 12 ans)

3.2.1 Questions des parents et ressources disponibles

Gestion du temps (6-9 ans) :

- Quel est le temps d'écran adapté à cet âge ?
- Mon enfant regarde trop les écrans et fait des crises quand je lui retire le téléphone. Comment réagir ?
- Quelles sont les alternatives aux écrans ?
- Je travaille beaucoup. Comment occuper/garder mon enfant ?

- Comment occuper mon enfant durant les temps d'attente ou lorsque maman et papa doivent écouter ?

Accompagnement et dynamique familiale (6-9 ans) :

- Mon enfant commence à jouer ou à regarder des vidéos seul. Comment l'accompagner ?
- Mon enfant fait des crises si je ne donne pas le téléphone. Comment calmer mon enfant autrement qu'avec un écran ?
- Comment trouver un accompagnement parental sans jugement et savoir vers quelles structures se tourner ?
- À quel âge donner à son enfant une montre connectée, un smartphone ? Et comment gérer le sentiment d'exclusion (invitations manquées) face aux camarades déjà équipés ?
- Comment gérer le décalage quand un aîné joue à des jeux vidéo non adaptés au plus jeune ?

Sécurité et contenus inadaptés (9-12 ans) :

- Comment identifier ce à quoi mon enfant est exposé (contenus en ligne) quand on ne connaît pas ce qu'il regarde ?
- À qui s'adresser si mon enfant vit une situation difficile en ligne et quelles démarches entreprendre au-delà d'enlever les écrans ?
- Comment installer un contrôle parental ?
- Je suis moins à l'aise avec les écrans que mon enfant. Comment suivre ?

Impacts sur la santé (9-12 ans) :

- Mon enfant a de la peine à s'endormir et à se réveiller à cause des écrans. Que faire ?
- Comment développer l'attente sans écran ?

Pression sociale (9-12 ans) :

- Beaucoup d'enfants de sa classe ont déjà un smartphone et il m'en réclame souvent. Que faire ?
- Quelles sont les alternatives aux écrans ?

Ressources accessibles :

- **Lieux :**
 - o [Centres d'animation socioculturelle](#)
 - o [REPER \(IP\)](#)
 - o [Noetic](#)
 - o [Education familiale](#)
 - o [LivresEchange](#)
- **Professionnels·les :**
 - o Enseignant·e·s
 - o Travailleur·euse social·e en milieu scolaire
 - o Psychologues
 - o Pédiatres
- **Autres ressources :**
 - o [Tableau](#) Tisseron avec smiley et timing
 - o Cartographie des acteur·ices
 - o Document « [Apprivoiser les écrans](#) »
 - o Objets, jeux alternatifs prêtés par les thérapeutes
 - o En 5H : vidéo de prévention sur les écrans
 - o En 6H : réunion de 2 heures en allemand
 - o Documentation FALC
 - o Reportage « Derrière nos écrans de fumée »

3.2.2 Idées de projets

Problématiques	Pistes d'action
Sensibilisation et informations pour les parents	Elaborer un guide de gestion des écrans, avec des idées d'alternatives concrètes, un flyer unifié disponible partout pour orienter vers les ressources par tranche d'âge
	Organiser des permanences et ateliers numériques à destination des parents, les accompagner à rester à jour, établir une charte
	Proposer des conférences et soirées thématiques (REPER, Noetic) en intégrant des interprètes communautaires pour toucher toutes les familles
Actions communes entre parents et enfants	Favoriser les moments d'échange (apprentissage par les pairs, enfant qui montre à ses parents)
	Ouvrir les discussions parents-enfants
	Organiser des journées sans écran, des soirées jeux, des activités parents-enfants
	Mettre en place des challenges (jouer dans X places de jeux, jouer à X jeux de société)
	Création d'un podcast avec les enfants pour leur apprendre à utiliser les nouvelles technologies
Formation des professionnels	Harmonisation des messages, développer un socle commun de communication et d'orientation vers les ressources adaptées
	Proposer des outils et des alternatives
Cadre de vie	Favoriser les projets participatifs
	Réaménager la ville pour redonner une vraie place aux enfants dans l'espace public
	Promouvoir la sobriété numérique des adultes
	Valoriser les messages positifs plutôt que d'interdire
	Redonner de la dignité et de l'écoute
À l'école	Former les 7-8H aux bonnes pratiques
	Ateliers et jeux de prévention dans les classes
	Concours entre élèves pour créer une affiche de prévention
	Organiser des camps sans écran

3.3 Groupe Adolescence

3.3.1 Questions des parents et ressources disponibles

Gestion des émotions et conflits familiaux :

- Comment gérer l'escalade des conflits (violences verbales ou physiques) liées aux écrans et en limiter l'impact négatif sur le reste de la fratrie ?
- Comment rétablir la communication quand toutes les démarches parentales ont échoué ?
- Comment faire de la prévention sans augmenter la culpabilisation des parents qui est déjà très forte dans les différents médias ?

- Comment accompagner son adolescent·e dans l'usage des écrans ?
- Comment sensibiliser les parents à ce que fait leur jeune sur les écrans (temps d'écran, contenus consultés, violences en ligne) ?

Santé physique et mentale :

- Quand faut-il parler d'usage excessif ou de perte de contrôle ? Vers quels·les professionnels·les s'orienter ?
- Comment réagir face aux troubles du sommeil, de santé physique, au sentiment d'apathie, de baisse de curiosité ou de perte de motivation ?
- Comment prendre en charge les crises d'angoisse, l'anxiété liée aux écrans et l'inquiétude des parents quand ils ne peuvent pas joindre leur jeune sans téléphone ?

Socialisation et déconnexion du réel :

- Comment appréhender les plateformes qui facilitent les liens tout en risquant d'isoler les jeunes en les coupant du monde réel ?
- Comment trouver un équilibre entre la minimisation du problème par certains parents (eux-mêmes utilisateurs ou joueurs) et la surveillance imposée par d'autres ?

Environnement et offre d'activités :

- Comment répondre à la demande des adolescent·e·s pour des activités « simples » et peu contraignantes dans des quartiers mal équipés ?
- Comment réagir quand un jeune arrête les activités physiques à cause du temps passé devant les écrans ?
- Comment maintenir le lien avec l'école dès l'entrée au CO, en particulier avec les jeunes méfiants des espaces adultes ?
- Comment répondre au paradoxe d'une offre de prévention saturée mais d'un manque de personnes ressources vers qui se tourner ?
- Comment accompagner son jeune face au contraste entre la valorisation de la multiculturalité sur les réseaux sociaux et le monde du travail qui en fait un frein ?

Ressources accessibles :

- [Digiharmo](#) (mais ne touche pas les parents concernés)
- [REPER/CAS](#)
 - o Approche : part du jeune pour aller vers les parents (offre plus de spontanéité, s'adresse aux jeunes ayant déjà un lien avec la structure)
 - o Organise des moments de rencontre entre adultes
 - o Accompagne les demandes des parents (besoin de soutien, désamorcer les conflits)
- [Jardins](#) partagés pour les parents
- [Noetic](#) (tables rondes, accompagnement des parents)
- [Helium](#) (cafés parents avec des travailleurs sociaux) mais inactif à Fribourg

3.3.2 Idées de projets

Problématiques	Pistes d'action
Consommation de contenu	Organiser des ateliers avec les jeunes pour décrypter les contenus en ligne
	Réactiver des moments communs autour des écrans (séances de cinéma, espaces collectifs), favoriser la cohésion sociale
Mobilisation des jeunes	Valoriser les projets participatifs, la spontanéité, développer des projets de quartier concrets où ils peuvent se sentir utiles
Culpabilité des parents	Faire évoluer le discours sur les parents, campagne d'affichage pour rappeler la puissance de l'industrie du numérique

Isolement des familles	Mobiliser les pairs et les professionnels·les pour toucher les gens chez eux
	Mettre en place des réseaux d'entraide, des actions concrètes pour briser l'isolement des parents et des familles
	Former des binômes AEMO avec un interprète numérique
Difficulté à toucher les parents concernés	Créer des espaces d'échange réguliers adaptés aux parents (long à mettre en place)
	Rendre les réunions de parents obligatoires pour avoir une prévention à large échelle
Sensibilisation transversale	Axer la prévention sur la valorisation du lien social plutôt que sur les écrans uniquement
Collaboration entre professionnels·les	Créer un espace commun, un agenda partagé traitant du numérique pour centraliser les activités, un forum d'échange d'idées pour planifier de nouveaux projets
Enjeux structurels	Besoin d'une action structurelle (lois sur le numérique, contrôle des contenus, limitation des heures selon l'âge, ...)

4. Ressources et liens REPER (IP)

Plateforme dédiée au thème <https://www.digiharmo.ch/fr>

Site internet lié au thème <https://prevention-ecrans.ch/>

Shop en ligne avec tout le matériel sur le thème (prêt gratuit pour les institutions fribourgeoises) : <https://shop.reper-fr.ch/fr/shop/ecrans>

Positionnement de REPER sur le thème écrans https://www.reper-fr.ch/wp-content/uploads/2026/05/Reper2025_Positionnement-medias-numeriques-1-avec-compression.pdf

Étude MIKE 2021 <https://www.zhaw.ch/en/psychology/research/media-psychology/media-use/mike/>

Étude JAMES

2024 https://www.zhaw.ch/storage/psychologie/upload/forschung/medienpsychologie/james/2018/JAMES_2024_FR.pdf

Étude SWIPE (petite enfance) <https://www.swipe-study.ch/>

Etude HBSO 2022 https://www.grea.ch/sites/default/files/hbsc_2022_rapport_substances_def_26032023-1.pdf

5. Liste des participant·e·s

Rencontre de réseau Enfance-Jeunesse Schoenberg - 8.09.2026		
Prénom/Nom Vorname/Nachname	Email	Institution/ <i>Firma</i>
Antoine Bays	antoine.bays@reper-fr.ch	REPER
Ashleen Lugon-Moulin	ashleen.lugon-moulin@ville-fr.ch	Médecine scolaire Ville de Fribourg
Aude Métral	aude.metrat@ville-fr.ch	AES - Ville de Fribourg
Aurélien Neuhaus	aurelien.neuhaus@edufr.ch	Flos Carmeli
Baptiste Janon	barbicane2000@gmail.com	Association from dust pictures
Birgül Yorulmaz	birgulefe@gmail.com	Les P'tits Amis
Brigitta Bischoff	brigitta.bischoff@fr.ch	SoA

Carole Terrier	carole.terrier@ville-fr.ch	Ville de Fribourg - Petite enfance
Caroline Christinger Scherrer	cchristingerscherrer@officefamilial.ch	Office familial
Céline Brodard	dir.ep.villa-therese@edufr.ch	Fribourg, Villa Thérèse
Charlie Demierre	charlie.demierre@reper-fr.ch	REPER - Centre d'animation Schoenberg
Chloé Gebrekristos	chloe.gebrekristos@gmail.com	Ecole primaire du Schoenberg
Delphine Tschopp	Info.etourderie@gmail.ch	Compagnie Étourderie
Elie Dindamba	elie.dindamba@reper-fr.ch	REPER CAS
Elisabeth Cotting	elisabeth.cotting@ville-fr.ch	Médecine Scolaire Ville de Fribourg
Elise Pauchard	elise.pauchard@edufr.ch	Fritic
Eloise Zwahlen	eloise.zwahlen@reper-fr.ch	REPER
Elvire Enderli	elvire.enderli@gmail.com	Sage-femme Fribourg
Eva Immink	eva.immink@edufr.ch	Flos Carmeli
Florence Gendre	florence.gendre@edufr.ch	CO du Belluard
Florence Savioz	florence.savioz@ville-fr.ch	Ville de Fribourg
Ismaël Braun	ismael.braun@reper-fr.ch	REPER
Jason Ferreira	jason.ferreira@reper-fr.ch	REPER
Jean-Jacques Moix	jean-jacques.moix@ville-fr.ch	Ville de Fribourg
Julia Duarte Lopes	Julia.duartelopes@ville-fr.ch	SCEPM - Ville de Fribourg
Katia Richard	Katia.richard@ville-fr.ch	MEMO - biblio&ludo+ (ville de Fribourg - Culture)
Katia Trechsel	atelierdecouverte@officefamilial.ch	Office Familial
Kevin Sanders	academy-fribourg@noetic.ch	Association Noetic
Laura Monney	lauramonney25@gmail.com	Jeunesse Spirit-U-aile
Laura Moser	laura.moser@ville-fr.ch	Médecine scolaire Ville de Fribourg
Leida		Les P'tits Amis
Leticia Cerqueira	Leticia.Cerqueira@edufr.ch	Flos Carmeli
Liza Pasquier	liza.pasquier@ville-fr.ch	Ville de Fribourg - Cohésion sociale
Maradan Marlène	marlene.maradan@ville-fr.ch	SCEPM - Ville de Fribourg
Marie Burkhalter	Marie.burkhaltercochard@gmail.com	Cabinet pédiatrique
Melanie Berger	melanie.berger@edufr.ch	Flos Carmeli
Michael Schweizer	michael.schweizer@reper-fr.ch	REPER
Natacha Kisuka	natacha.kisuka@caritas.ch	Caritas
Philippe Känel	philippe.kaenel@reper-fr.ch	REPER
Reduan Kadir	reduan.kadir@reper-fr.ch	REPER
Samuel Glannaz	dir.ep.schoenberg@edufr.ch	Ecole du Schoenberg
Selina Falcone	Selina.falcone@reper-fr.ch	REPER RR
Stéfanie Giner	contact@parentatypique.ch	ParentAtypique
Sylvia Habermayr	sylvia.habermayr@ville-fr.ch	Médecine scolaire Ville de Fribourg
Tina Huber-Gieseke	tina.huber-gieseke@ville-fr.ch	Médecine scolaire Ville de Fribourg
Valentine Joye	valentine.joye@ville-fr.ch	SCEPM - Ville de Fribourg

Véronique Bakajika	verobaka@hotmail.com	Retraitée (grand parents)
Vincent Doukhan	vdoukhan@ors.ch	ORS
Vivien Blaser	vivblaser@bluewin.ch	Sous-conseil des parents de la Vignettaz
Wolfgang Waeber-Meuwly	wolfgang.waeber@edufr.ch	Primarschule Schönberg
Yannick Jotterand	yannick.jotterand@edufr.ch	Ecoles primaires - Schoenberg

6. Contact du service traiteur

Nourriture congolaise : Véronique Bakajika : verobaka@hotmail.com
--