

# 10 JOURS SANS ÉCRAN

Synthèse questionnaire écran mai 2026

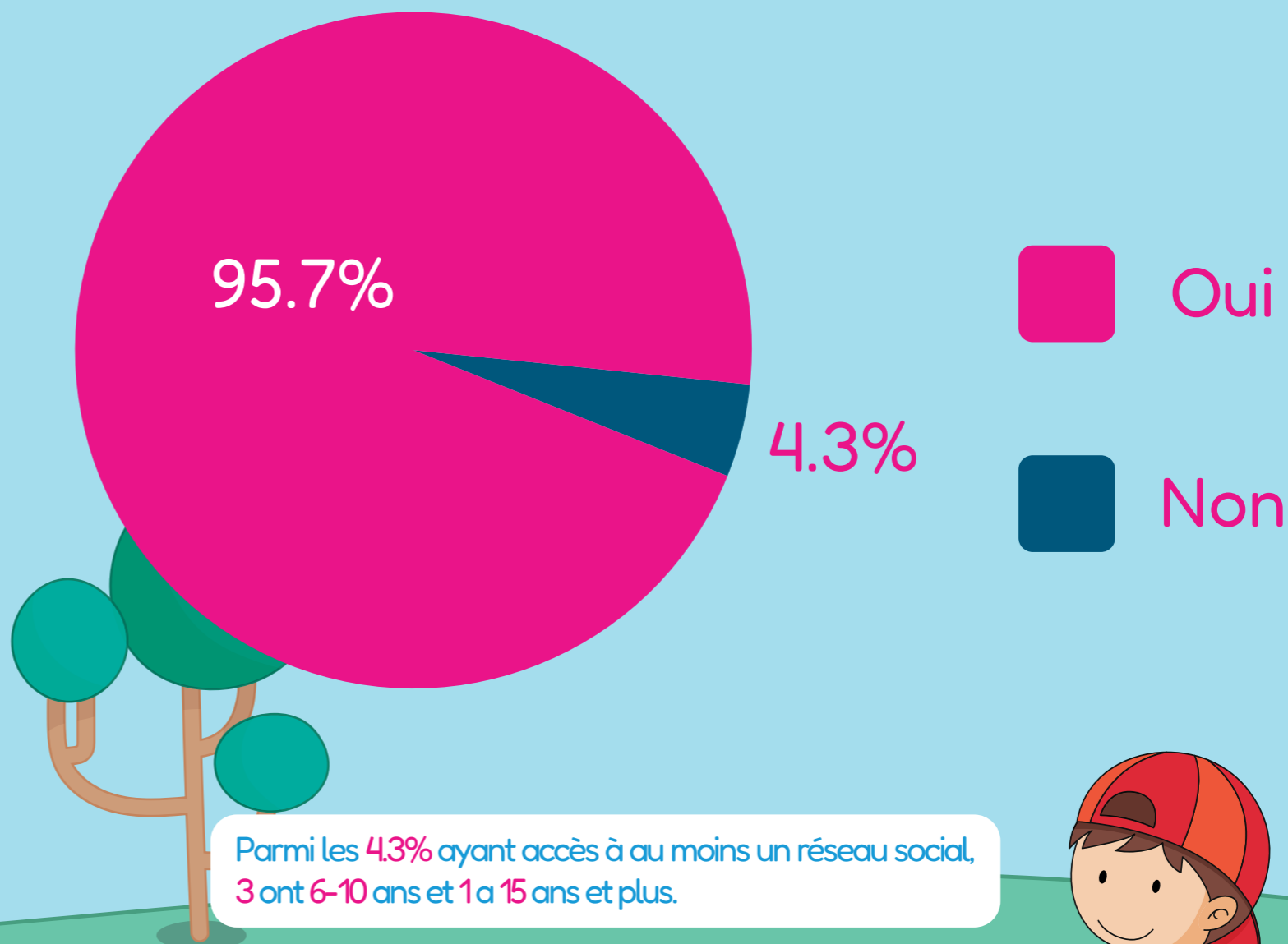
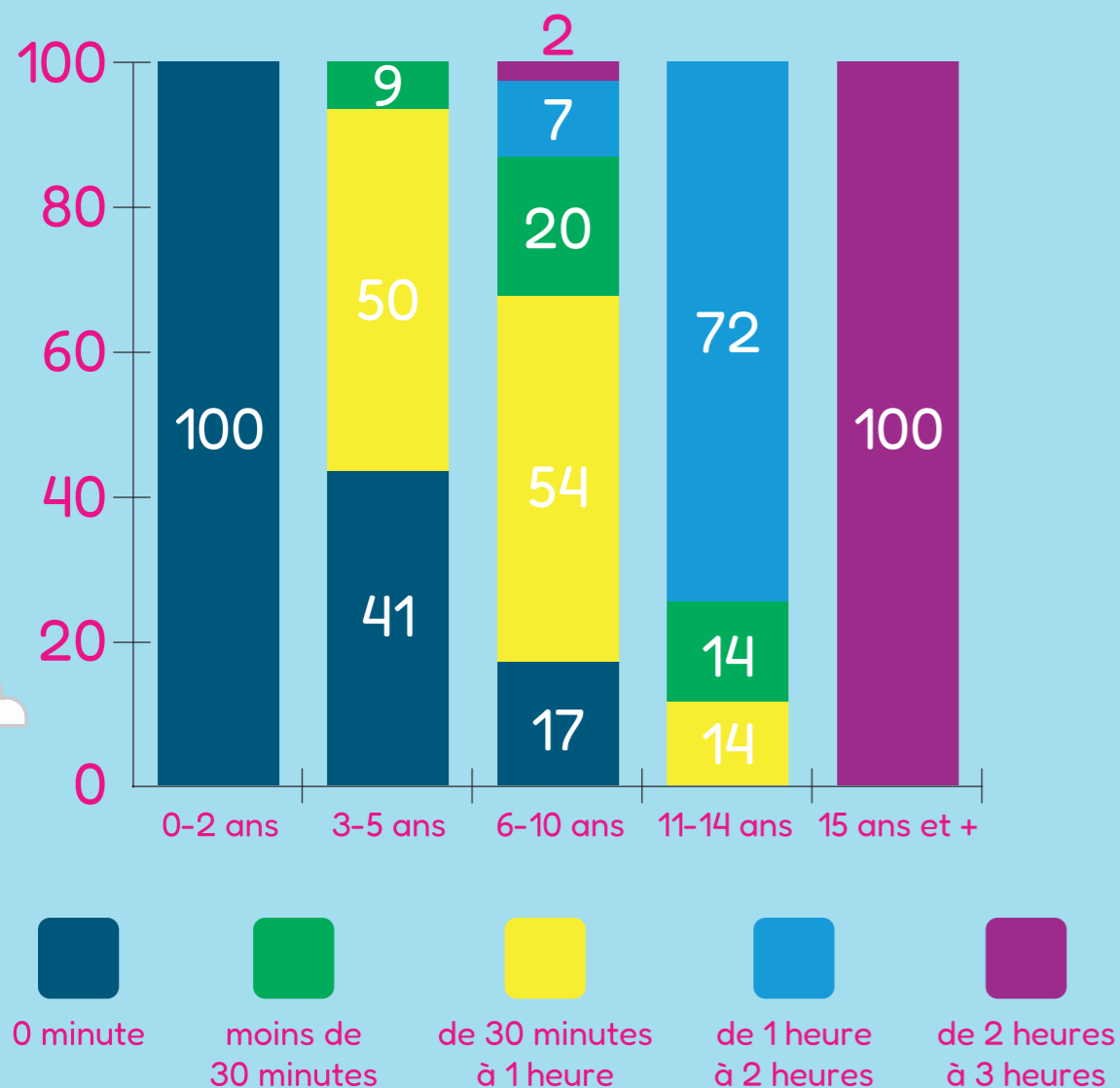


# Temps moyen quotidien devant les écrans selon l'âge (%)

93 réponses

93 réponses, dont 8% de 0-2 ans, 24% de 3-5 ans, 60% de 6-10 ans, 7% de 11-14 ans, et 1% de 15 ans et plus. Les échantillons pour les 3-10 ans commencent à être intéressants. En revanche, les résultats pour les autres tranches d'âge sont à relativiser, même s'ils donnent des indications intéressantes.

## Est-ce que votre enfant a accès à un réseau social ? (Instagram, Tiktok, Youtube...)



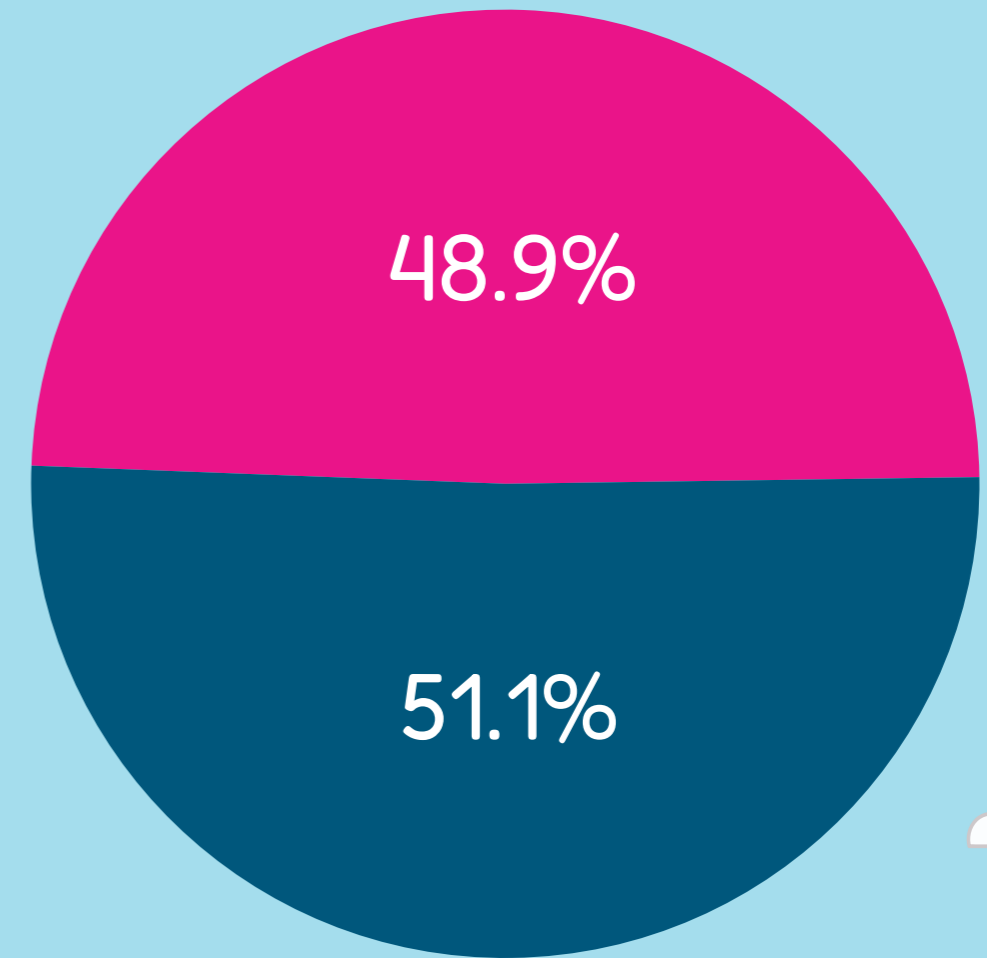
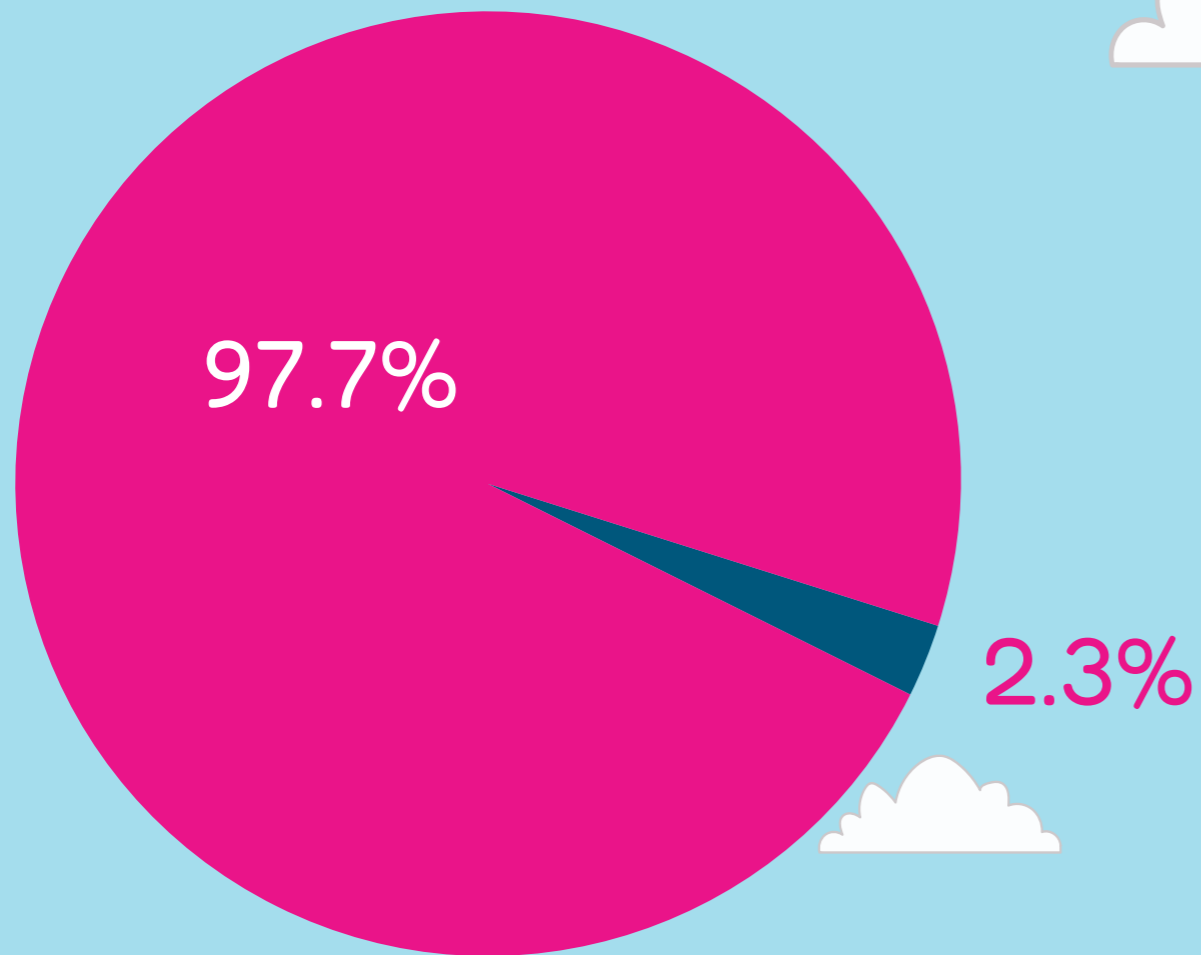
Parmi les 4.3% ayant accès à au moins un réseau social, 3 ont 6-10 ans et 1 a 15 ans et plus.

Aucun enfant de moins de 2 ans n'a accès aux écrans. Parmi les 6-10 ans, 17% n'ont pas accès aux écrans, 54% moins de 30 minutes par jour, 20% de 30 minutes à 1h par jour, 7% de 1h à 2h par jour, et 2% de 2h à 3h par jour



Est-ce que vous contrôlez ce que regarde votre enfant sur les écrans ?

Avez vous mis en place un contrôle parental sur les écrans à disposition de votre enfant ?



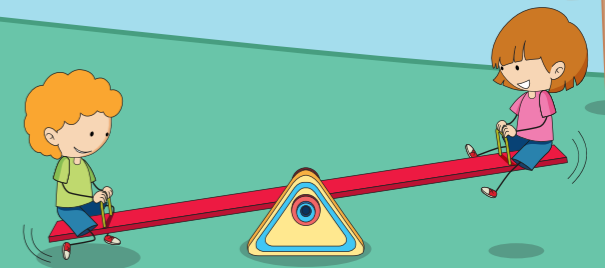
 Oui

 Non

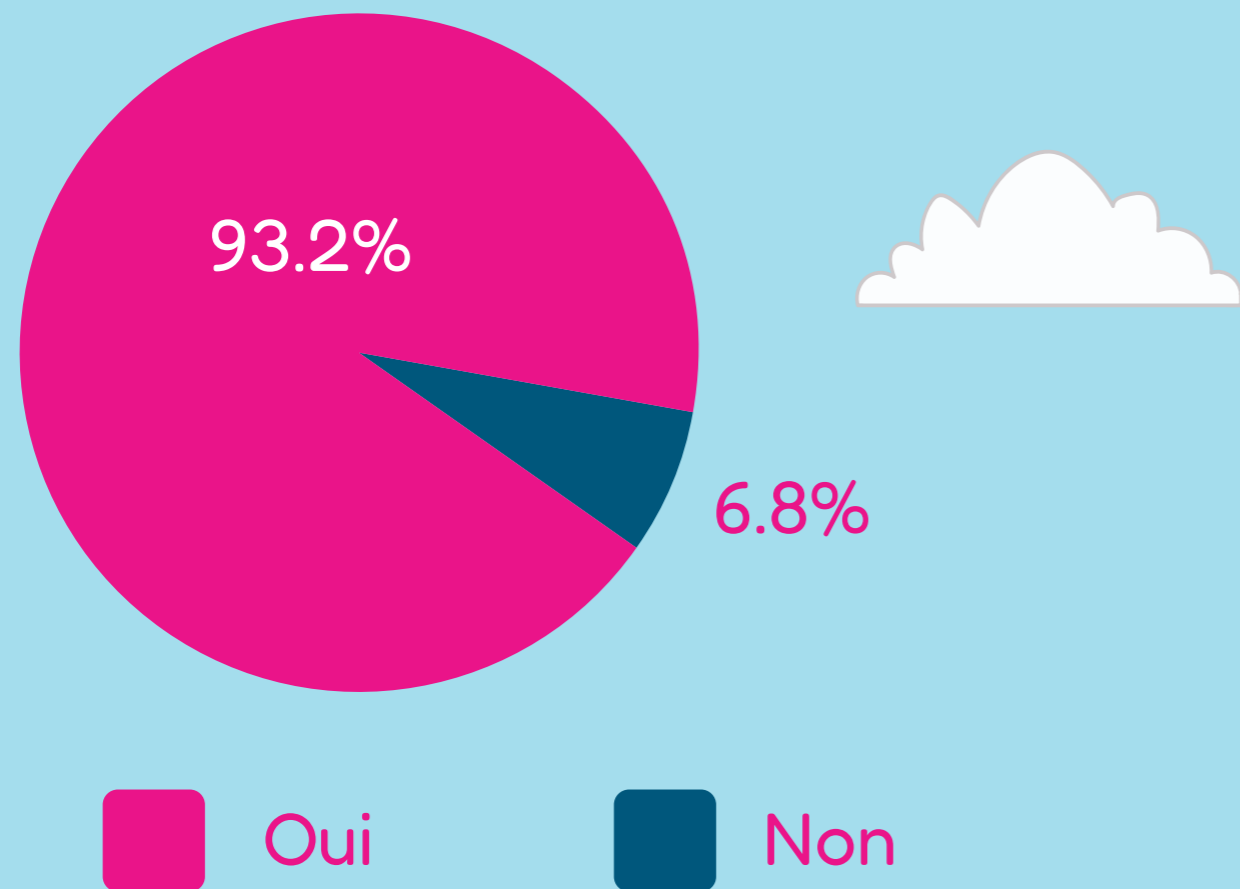
 Oui

 Non

La quasi-totalité des parents déclarent contrôler les contenus regardés par leurs enfants, mais seulement 49% ont mis en place un contrôle parental.

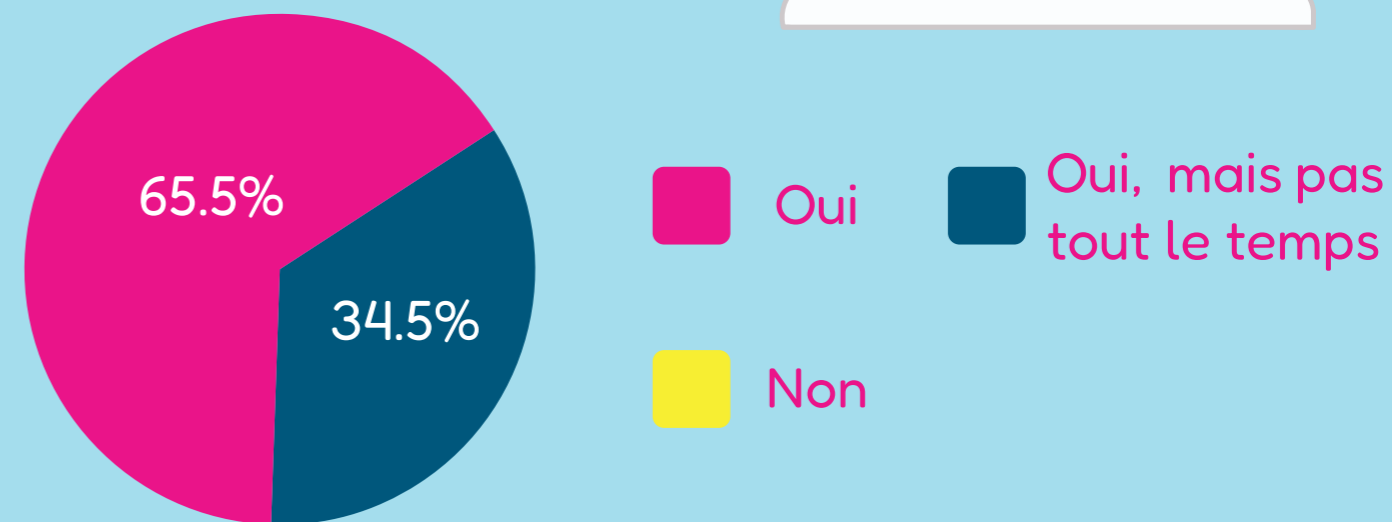


Est-ce que vous fixez une durée maximale d'usage des écrans ?

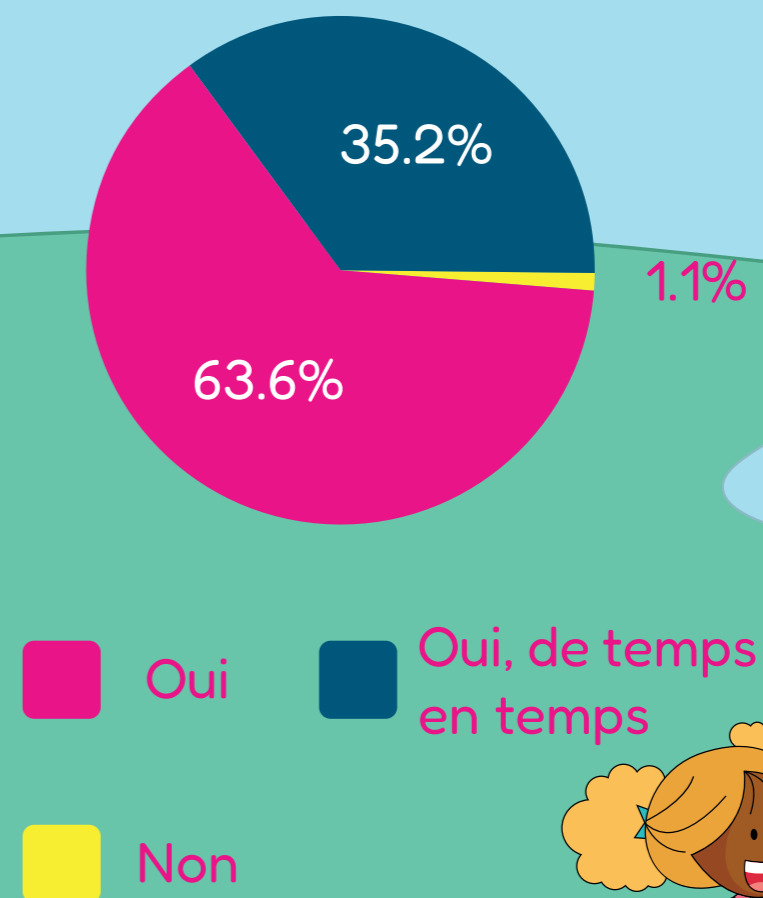


93% des parents fixent une durée maximale d'utilisation des écrans, mais 35% rencontrent de temps en temps des difficultés à la faire respecter. Et la même proportion se sent en difficulté ponctuelle face à l'usage des écrans.

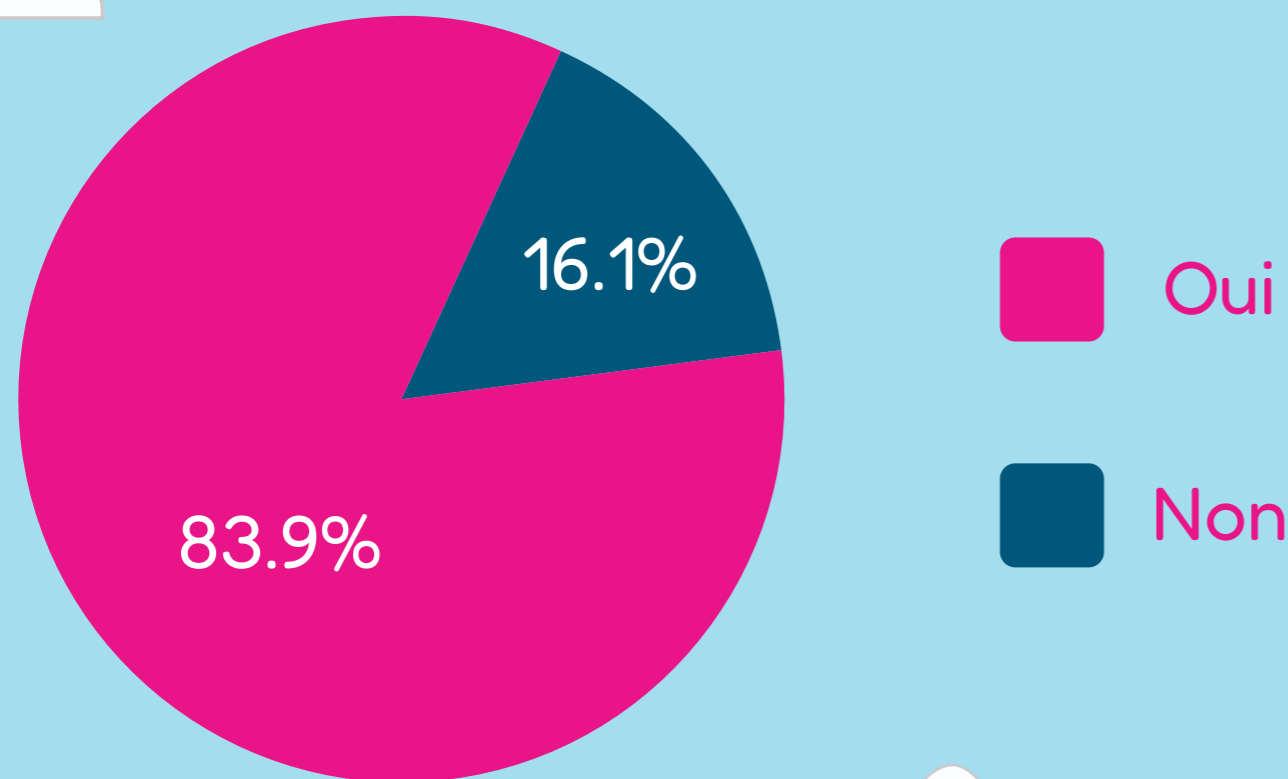
Si oui, est-ce que vous arrivez à faire respecter cette durée ?



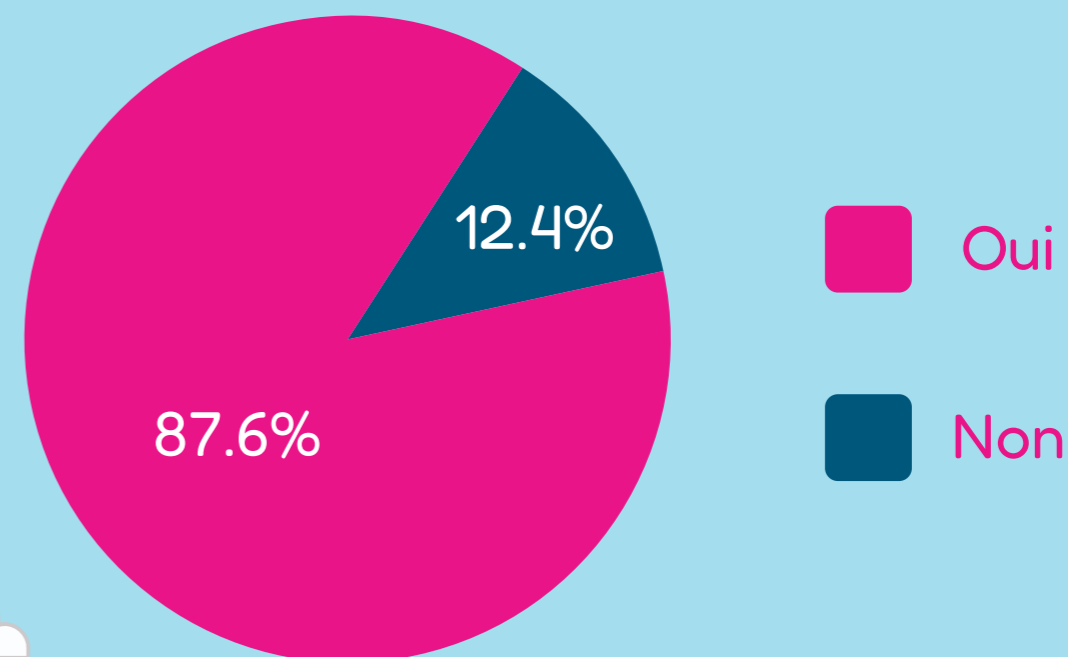
Est-ce que vous vous sentez en difficulté face à l'usage des écrans de votre enfant ?



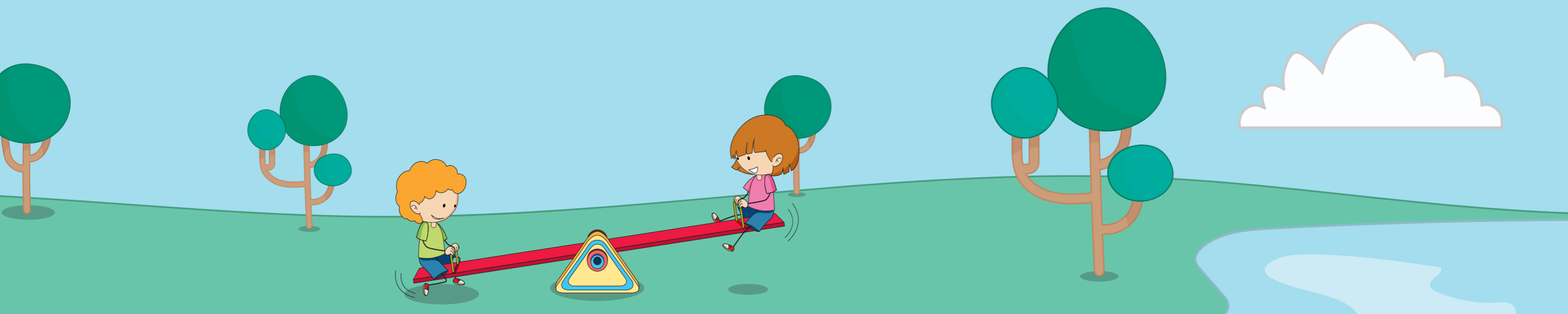
Est-ce que vous connaissez les recommandations liées à l'usage des écrans (programmes déconseillés aux jeunes publics, système PEGI pour les jeux vidéos, création de compte sur les réseaux sociaux...)?



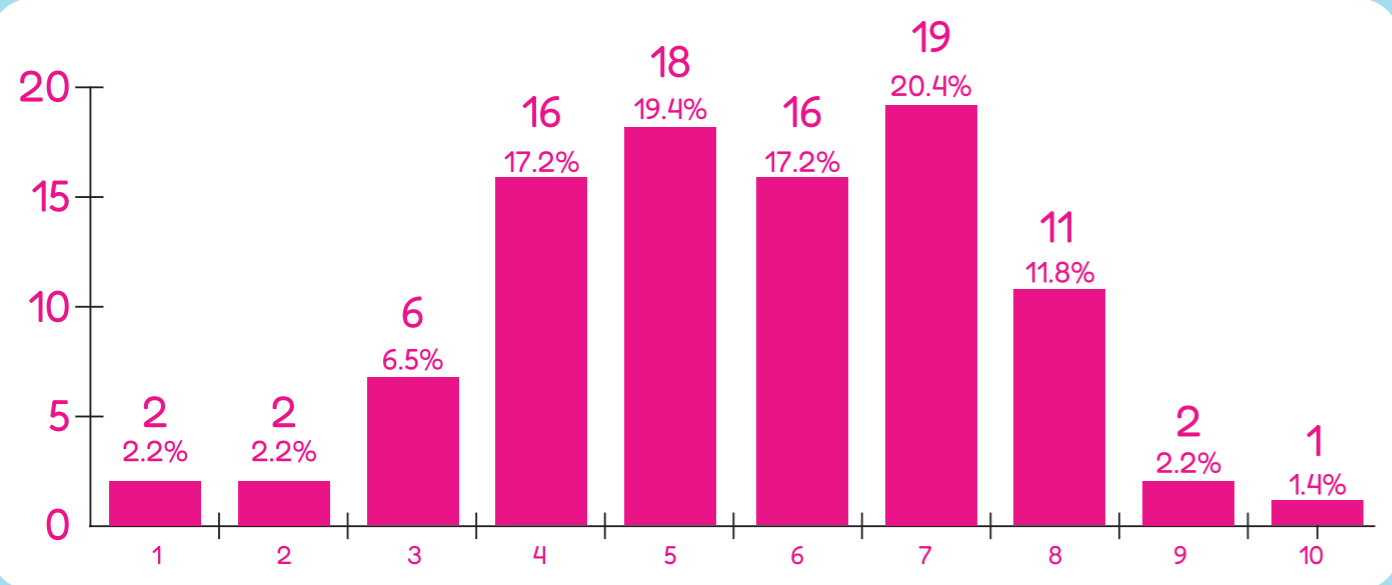
Si oui, appliquez vous ces recommandations ?



84% des parents déclarent connaître les recommandations et les interdictions liées aux usages des écrans et des réseaux sociaux. Parmi eux, 88% déclarent les appliquer et les faire respecter.

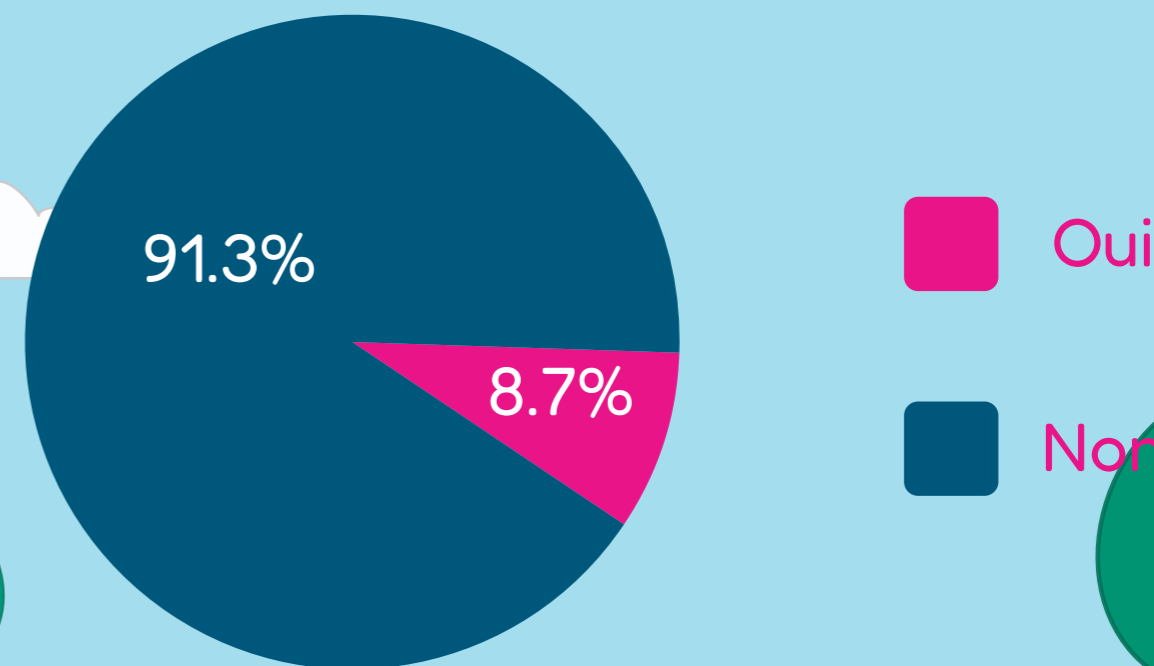


## Concernant votre propre consommation d'écrans, où vous situez-vous ?



Si l'on additionne les tranches 1 à 3, **11%** des parents évaluent leur usage des écrans comme **très faible à faible**. Les tranches 8, 9 et 10 représentent **15%** des parents qui ont un **usage intensif à très intensif**. En position médiane, **37%** ont un usage **modéré à moyen** (tranches 4 et 5), et **37%** ont un usage **moyen à significatif** (tranches 6 et 7).

## Seriez-vous intéressé pour bénéficier de conseils, d'accompagnement, participer à des échanges entre parents ou des professionnels pour une gestion sereine des écrans à la maison ?



Près de **9%** des parents aimeraient **bénéficier de conseils ou d'accompagnement**.

