



COMITÉ DE TRAVAIL PERMANENT SUR LES POLITIQUES

RAPPORT POUR LA COMMISSION SPÉCIALE SUR LES IMPACTS DES ÉCRANS ET DES RÉSEAUX SOCIAUX SUR LA
SANTÉ ET LE DÉVELOPPEMENT DES JEUNES (CSESJ)

Déposé au comité exécutif du comité de parents du 9 septembre 2024

1. Préambule	1
2. Commentaires et recommandations unanimes du comité de travail	2
2.1 Les fonctions des appareils électroniques dans les écoles et chez les gens	2
2.2 Les préoccupations de santé	3
2.3 Formations et pratiques gagnantes	4
2.4 Gouvernance et droits	5
3. Conclusion	7

1. Préambule

Le comité de parents (CP) du Centre de services scolaire de la Capitale (CSSC) est un comité constitué selon l'article 189 de la *Loi sur l'instruction publique* (LIP). Il est composé de parents émanant de 56 écoles primaires et secondaires et d'un parent provenant du Comité consultatif sur les services aux élèves handicapés ou en difficultés d'apprentissage ou d'adaptation (CCSEHDAA) également prévu à la LIP. Pour l'aider dans ses fonctions, le CP a mis en place son comité de travail permanent sur les politiques (comité de travail) qui analyse les politiques proposées, les projets de loi et les projets de règlements affectant les élèves du primaire ou du secondaire des écoles publiques et leurs impacts sur ces derniers ou leurs parents. Le comité de travail prépare des réponses pour le CP afin qu'il réponde aux consultations publiques touchant les élèves et leurs parents.

Le 6 juin 2024, l'Assemblée nationale a adopté à l'unanimité une motion créant la Commission spéciale sur les impacts des écrans et des réseaux sociaux sur la santé et le développement des jeunes (Commission spéciale). Les parlementaires ont ainsi signifié leur volonté d'amorcer une réflexion collective sur les multiples enjeux attachés à l'exposition des jeunes aux écrans. Les audiences de la Commission spéciale débiteront le 12 septembre 2024.

Ainsi, le comité de travail juge important de soulever les différents enjeux en lien avec les écrans et le numérique à l'école, et de faire part de ses observations et recommandations dans le cadre du processus de consultation de la Commission spéciale. Considérant la période estivale et le démarrage de la Commission spéciale avant la nomination des membres parents pour les instances de participation parentale pour l'année scolaire 2024-2025, les membres sortants du comité de travail se sont rencontrés afin de présenter des commentaires et recommandations.

2. Commentaires et recommandations unanimes du comité de travail

2.1 Les fonctions des appareils électroniques dans les écoles et chez les gens

Les appareils électroniques, incluant les téléphones cellulaires, ont plusieurs rôles dans la vie de chaque personne comme les élèves et leurs parents. Certains de ces rôles sont liés au loisir (jeux, communication entre amis ou avec la famille, musique, films, etc.), mais aussi des fonctionnalités importantes qui deviennent de plus en plus nécessaires à la réalisation de son emploi, ses interactions avec l'État et l'accès à des informations sur les biens et services. De plus, les fonctionnalités de recherche de ces appareils permettent de trouver les informations nécessaires plus rapidement, donnent accès à des outils de calculs, servent de bibliothèque personnelle transportable, donnent accès à des applications facilitant leur déplacement, etc.

Dans le contexte scolaire, le comité de travail tient à rappeler que les appareils mobiles numériques présentent des logiciels ou des applications essentiels à la persévérance scolaire et au bien-être des élèves (ex.: Antidote, Petit Bambou¹). « Comme le rappelle le Plan [d'action numérique en éducation et en enseignement supérieur 2018-2023], les outils numériques peuvent s'avérer utiles et favoriser l'engagement et l'autonomie des élèves dans le cadre de leurs apprentissages »². Par exemple, une école secondaire du CSSC a apposé des codes QR derrière les portes de chacune des toilettes de l'école afin que les élèves puissent demander de l'aide psychosociale à la technicienne en éducation spécialisée (TES) sans avoir à entrer dans le bureau de cette personne et ainsi éviter d'être identifiée par les autres élèves comme ayant un problème.

Dans le cadre de la santé de l'élève, ces appareils offrent des outils tout aussi essentiels, comme ceux servant à la lecture de glycémie ou du rythme cardiaque, tout en simplifiant l'appel d'une personne ressource en cas d'urgence ou de vulnérabilité (ex. : Tel-Jeune, ligne de prévention du suicide, services médicaux, services de police, etc.).

Certains conseils d'établissement songent à diriger les élèves vers les fonctions d'agenda numérique au lieu de l'agenda papier. Dans plusieurs milieux, que ce soit dans les premiers emplois mais aussi aux études collégiales et même au secondaire, le contenu académique ou de formation est diffusé numériquement. Si maintenir un agenda papier est important pour apprendre l'organisation du travail personnel, permettre cette transposition dans l'univers numérique est également incontournable pour être un travailleur fonctionnel dans une entreprise moderne.

En matière de sécurité numérique, notons que la tendance est vers l'authentification multifactorielle. L'avantage du cellulaire demeure indéniable. Sans cet appareil utilisé volontairement par l'utilisateur, ce sont des milliers de dispositifs physiques qui devraient être fournis par les établissements scolaires, ce qui entraînerait un coût supplémentaire inutile pour la société.

¹ [Jeunesse \(petitbambou.com\)](https://jeunesse.petitbambou.com), 7 septembre 2024

² Document de consultation du CSESJ, page 3

Rappelons également que les plateformes numériques ont permis aux élèves de s'informer de leurs droits, et par la suite de les revendiquer. L'école doit être le premier des endroits où ils ont besoin de connaître et revendiquer leurs droits, car c'est leur premier milieu social. Par exemple, le mouvement « La voix des jeunes compte » a pu opérer, se faire connaître et faire évoluer le Québec en matière de respect de l'intégrité de la personne au moyen de plateformes numériques.³

2.2 Les préoccupations de santé

A une certaine époque, les jeunes qui « perdaient leur temps dans les livres » étaient visés par les mêmes critiques quant à leur santé et à leur pratique de l'exercice physique. Aujourd'hui il serait inconcevable de leur dire ça. Pour l'utilisation des écrans et du numérique, tout est une question de dosage et de perception générationnelle.

L'enjeu de l'éclairage bleu peut être contourné technologiquement avec des filtres à lumière bleue, qui sont activables facilement sur la majorité des appareils mobiles. Travailler sur un fond noir ou foncé est actuellement plus pratique et moins harassant pour les yeux que de travailler sur un fond blanc. Ce n'est que l'archaïsme du papier qui impose le fond blanc. Bien que ce ne soit pas tous les produits qui offrent cette capacité, si elle est suffisamment demandée, les fournisseurs ont alors tendance à les mettre en place.

Concernant les orientations prohibitives décrites dans le document de la consultation, le comité de travail tient à rappeler que l'enjeu lié à l'image de soi existait avant les cellulaires. Il était le même dans les médias plus conventionnels, comme la télévision ou les revues destinées aux jeunes. De présenter une image corporelle idéale non-réaliste, l'usage de drogues et de suppléments douteux pour obtenir une apparence musclée ne se fait pas seulement au moyen de la réception d'un courriel. Un autre exemple, les revues à contenus inappropriés (comme le contenu à caractère sexuel) pouvaient aussi s'échanger relativement facilement. De plus, ces revues quoi qu'impossible a acheté par un mineur demeurait visibles dans les présentoirs des commerçants. L'intimidation se fait également à l'extérieur de l'école, dans l'autobus, dans la rue, etc., elle ne se retrouve pas que sur les appareils électroniques. Il est vrai que ces appareils permettent de perpétuer ces éléments nocifs, mais ils ne sont pas la source du problème. S'attaquer au vecteur n'élimine pas le problème à sa source.

Afin d'éviter les problèmes de postures en lien avec l'utilisation des appareils électroniques ou numériques, l'ergonomie pourrait être enseignée à l'école. Par exemple dans le cadre du cours d'éducation physique.

En empêchant un jeune d'avoir accès aux jeux vidéos, il trouvera d'autres alternatives qui lui permettront de se sentir gratifier ou de sentir mieux. Dans le pire des cas, il pourrait se tourner vers d'autres avenues beaucoup plus néfastes pour sa santé ou pour la société comme le vandalisme, la consommation de drogues avec des amis, l'intimidation de ses pairs.

³ Page Facebook de « La voix des jeunes compte » : <https://www.facebook.com/metooscolaire/>, 6 septembre 2024.

Le comité de travail ne recommande pas une interdiction complète des écrans ou des réseaux sociaux, tout est une question de dosage, mais aussi d'écoute des symptômes et d'aide pour se sortir de la dépendance.

2.3 Formations et pratiques gagnantes

Le comité de travail est d'avis que la formation est l'élément essentiel sur lequel la Commission spéciale devrait se pencher. Dans le milieu scolaire, qu'est-ce que les enseignants et les enseignantes font de mieux ? Ils enseignent. Les interdictions ne sont pas la solution miracle. Il faut montrer aux jeunes comment se servir de la technologie de manière adéquate et en temps opportun. Ça fait des années que le comité de parents du CSSC demande une formation sur la cybersécurité pour les parents et les élèves. Il faut enseigner les dangers d'utilisation des réseaux sociaux, comment identifier la bonne information, de quels signes doit-on se méfier (cyberprédateur). Il faut également dire aux jeunes les conséquences des mauvais comportements avec le numérique autant les conséquences physiques, psychologiques, que juridiques et comment prévenir ces conséquences. La formation devra leur donner les compétences du 21^e siècle. Ce n'est pas en interdisant les écrans que les jeunes vont se responsabiliser et devenir des adultes compétents avec le numérique. De plus, tous les services gouvernementaux sont ou seront offerts en ligne, il faut qu'ils puissent comprendre comment obtenir ces services afin d'être de meilleurs citoyens. Bref, il faut leur donner le pouvoir de réaliser eux-même les bons choix.

La sensibilisation au sujet de l'intimidation, de l'image corporelle et à l'existence des contenus inappropriés doit se faire tôt dans la vie du jeune. Notons que les cours d'éducation à la sexualité ne se faisaient pas de manière optimale dans plusieurs écoles et les contenus pouvaient être mis de côté voir complètement évités. On peut espérer que le cours de *Culture et Citoyenneté Québécoise* (CCQ) s'y attaque, mais même là nous constatons les réserves qui sont émises par certains enseignants.

Dans les pratiques gagnantes de certains parents, il a été mis en place une limite à l'accès à un écran pour le loisir en fixant une période précise d'accès (pas avant telle heure, et arrêt à partir de telle heure), tout en permettant des exceptions. Et ce, sans toutefois interdire les écrans pour l'usage créatif et productif. Ajoutons également qu'il existe l'interdiction des écrans sur semaine sauf pour la période des devoirs et leçons. Dans ces pratiques, le rôle du parent est essentiel, mais il existe tout de même une lacune dans leur connaissance ou leur formation qu'il faut combler. C'est pourquoi le comité de parents du CSSC a organisé plusieurs formations ou webinaires sur la gestion du temps d'écran ou les bonnes pratiques avec le numérique⁴.

Au lieu de l'interdiction des jeux vidéo et des réseaux sociaux, il existe d'autres avenues, comme la formation, l'accompagnement et la sensibilisation. Le Gamer Mentor⁵ propose des formations aux écoles, aux parents et offre de l'accompagnement pour les jeunes afin que le temps de jeux vidéo demeure positif pour le jeune et sa famille.

Le droit à la déconnexion est également une bonne pratique qu'il faudrait répandre et pas seulement chez le jeune, mais également à l'ensemble de la population québécoise. Le jeune aussi a droit à la déconnexion dans son travail, mais également de l'école. Par exemple, pendant la pandémie des jeunes ont reçu des travaux le dimanche à remettre le lundi matin.

⁴ [École branchée sur la famille - École branchée \(ecolebranchee.com\)](https://ecolebranchee.com) Formation *Revenir à l'essentiel avec le numérique* par Stéphanie Dionne, 7 septembre 2024.

⁵ [Le Gamer Mentor - Mieux gamer pour mieux-être \(lementor.gg\)](https://lementor.gg), 7 septembre 2024

2.4 Gouvernance et droits

Le comité de travail veut attirer l'attention de la Commission spéciale sur la [Stratégie gouvernementale de cybersécurité et du numérique 2024-2028](#) soutenue par le bureau du premier ministre du Québec. Le gouvernement s'est doté de cette stratégie en juillet 2024.

L'axe II prévoit l'accélération de la transformation numérique de l'administration publique, ce qui inclut les écoles. La transformation numérique y est décrite comme : « [...] « une démarche visant le changement en profondeur d'une organisation par l'intégration de technologies numériques à l'ensemble de ses processus administratifs, de ses communications et de ses activités, par la refonte de son modèle d'entreprise et par l'adaptation de sa culture organisationnelle aux nouvelles réalités du numérique ». La transformation numérique constitue ainsi un changement culturel, organisationnel et opérationnel, intégrant des compétences numériques, des processus numériques et des technologies numériques et s'opérant à tous les niveaux et à toutes les fonctions de l'organisation de manière continue. Ce changement permet à un organisme public de mieux répondre aux besoins évolutifs de sa clientèle, d'améliorer l'expérience client et l'expérience employé, en plus de rehausser la transparence, la performance et son efficacité. »⁶ [nos soulignés].

Ainsi, l'administration publique, y compris des organismes publics formant le réseau de l'Éducation, doit revoir l'ensemble de ses processus, approches pédagogiques et mode de fonctionnement pour adhérer à la transformation numérique de l'État. Il faudrait également éviter un manque de cohérence entre diverses positions du gouvernement et de l'Assemblée nationale.

Afin de comprendre que la transformation numérique de l'État québécois vient influencer la nécessité d'évaluer avec intelligence l'âge minimum requis pour utiliser certains outils électroniques, il faut accepter que certaines limites fondées sur l'âge d'une personne imposent l'accès à la technologie en temps opportun :

- Âge pour utiliser de son argent : aucune
- Âge minimum pour se constituer un compte personnel sur Google⁷ ou Facebook⁸ : 13 ans
- Âge pour consentir à un emploi : 14 ans
- Âge pour disposer d'un compte bancaire sans l'accompagnement de ses parents : 14 ans
- Âge légale pour consentir à des soins de santé : 14 ans
- Âge pour servir dans l'armée : 16 ans
- Âge pour se faire bronzer, acheter du tabac, de l'alcool ou des produits à caractère sexuel explicite : 18 ans
- Âge légal pour être un client de la Société québécoise du cannabis : 21.

Tous ces exemples sont liés à des services, dont certains sont directement accessibles au moyen des outils technologiques disposant d'un écran et sont nécessaires presque quotidiennement. Pensons, notamment, au paiement de son repas à la cafétéria de l'école à partir de son cellulaire.

⁶ [Stratégie gouvernementale de cybersécurité et du numérique 2024-2028. \(quebec.ca\)](#), p.27.

⁷

<https://support.google.com/accounts/answer/1350409?hl=fr#:~:text=Find%20your%20country%27s%20age%20requirement.manage%20your%20own%20Google%20Account.>

⁸ [Comment créer un compte Facebook? | Pages d'aide Facebook](#)

L'un des éléments essentiels dont la Commission spéciale devra également tenir compte dans ses recommandations est l'atténuation de la fracture numérique pour les jeunes et l'augmentation de leur littératie numérique. La Stratégie gouvernementale de cybersécurité et du numérique 2024-2028 propose ceci : « Le ministre de la Cybersécurité et du Numérique a la responsabilité de favoriser l'accès aux services publics pour l'ensemble des citoyennes et des citoyens afin qu'ils puissent bénéficier des avantages de leur utilisation dans un mode numérique. En ce sens, les organismes publics doivent fournir des services numériques de qualité à toute la population, sans égard à l'origine, au genre, à l'âge, à la situation géographique ou à toutes autres conditions socio-économiques. Ils doivent aussi favoriser le développement en compétences numériques de la population et répondre aux besoins spécifiques des citoyennes et des citoyens en situation de fracture numérique. »⁹ [nos soulignés]. Ce n'est pas parce qu'il s'agit de mineurs que nous devons les désavantager dans leurs apprentissages des compétences numériques. D'où notre recommandation de ne pas interdire l'accès à la technologie, mais au contraire, de mieux former les jeunes.

Maintenant, considérant certains aspects reliés à notre modèle économique et démocratique, il est important de comprendre que le contrôle ne sera pas une option facile. L'article 2 de la Charte canadienne des droits et libertés¹⁰ indique ce qui suit :

« Libertés fondamentales

2 Chacun a les libertés fondamentales suivantes :

- a) liberté de conscience et de religion;
- b) liberté de pensée, de croyance, d'opinion et d'expression, y compris la liberté de la presse et des autres moyens de communication;
- c) liberté de réunion pacifique;
- d) liberté d'association. » [nos soulignés]

Limitier l'accès aux moyens de communication, comme le cellulaire, est probablement un terrain fertile pour les contestations juridiques de toutes sortes. Surtout que cette Charte prévoit également au paragraphe 1 de son article 15 qu'aucune discrimination ne peut être faite quant à l'âge.

La Commission spéciale devrait se poser les questions suivantes :

- Sommes-nous une société de contrôle ou une société de libertés?
- Est-ce que les modèles répressifs sont réellement efficaces ou favorisent-ils le développement d'activités clandestines illicites?
- En retournant vers le rôle de nos organismes publics formant le réseau de l'éducation publique, quelle est son utilité première, quelle est sa force, quelle est son champ d'expertise ?

Pour cette dernière question, la réponse coule de source, c'est la pédagogie, c'est d'enseigner aux élèves, de partager les valeurs démocratiques, les valeurs sociales concordantes avec nos libertés fondamentales, c'est de fournir un enseignement « de qualité à toute la population, sans égard à l'origine, au genre, à l'âge, à la situation géographique ou à toutes autres conditions socio-économiques »¹¹ ouvert sur le monde et devant conduire chaque élève à concrétiser sa participation positive à la société québécoise. Ce n'est pas pour rien que la Stratégie gouvernementale de cybersécurité et du numérique 2024-2028 reprend ces fondements de la société québécoise qui sont enracinés dans la construction de son État de droit.

⁹ [Stratégie gouvernementale de cybersécurité et du numérique 2024-2028. \(quebec.ca\)](#), p.32.

¹⁰ [LOIS CONSTITUTIONNELLES DE 1867 à 1982 \(justice.gc.ca\)](#)

¹¹ [Stratégie gouvernementale de cybersécurité et du numérique 2024-2028. \(quebec.ca\)](#), p.32.

3. Conclusion

Le comité de travail est contre l'interdiction complète des appareils numériques dans les écoles. La directive implémentée en 2024 dans l'ensemble des écoles interdisant l'usage de plusieurs types d'appareils en classe, sauf sous un besoin spécifique du cours, répond déjà à une grande partie des préoccupations en classe et des parents. L'essentiel est d'offrir une formation pertinente, accompagnée d'un aide-mémoire, pour les jeunes et leurs parents afin d'aider à la saine utilisation des appareils électroniques. Finalement, il serait plus pertinent de s'attaquer à l'intimidation et aux réels problèmes que sur l'un des vecteurs de diffusion qui peut être facilement substitué, le tout en se donnant « les moyens d'offrir à sa [jeunesse] une expérience citoyenne simple et accessible, où elle se sentira en confiance et protégée.»¹²

¹² [Stratégie gouvernementale de cybersécurité et du numérique 2024-2028. \(quebec.ca\)](#), p. Mot du premier ministre.