

CSESJ - 048M

C. P.

Impacts écrans et
réseaux sociaux sur
santé et développement
des jeunes



**Commission spéciale sur les impacts des écrans et des réseaux sociaux
sur la santé et le développement des jeunes**

Mémoire de la Commission-Jeunesse du Parti libéral du Québec
Présenté par Charlie Bourdages, Vice-présidente aux affaires politiques

Janvier 2025

Table des matières

Contexte	3
Structure et approche	5
Mise en place d'une majorité numérique	6
Protéger la jeunesse	8
Développement de la techno pédagogie	10
Des alternatives pour limiter les externalités négatives	13

Contexte

Une motion adoptée le 6 juin 2024 par l'Assemblée nationale du Québec a mis en place la *Commission spéciale sur les impacts des écrans et des réseaux sociaux sur la santé et le développement des jeunes* qui se doit de remettre un rapport au plus tard le 30 mai 2025.

La Commission a mené, et continuera de mener, une large consultation auprès des experts, des acteurs concernés ainsi que du public : plus de 40 spécialistes et organisations ont été entendus ; plus de 500 élèves ont été rencontrés à travers 18 écoles primaires et secondaires provenant de 6 régions du Québec¹. La Commission-Jeunesse du Parti libéral du Québec tient à saluer le travail de consultation effectué par les membres de la Commission.

La motion adoptée le 6 juin 2024 prévoyait que les travaux de la Commission devaient se pencher sur plusieurs enjeux, dont : le temps d'écran chez les jeunes; les mesures d'encadrement des écrans, notamment à l'école et sur le web, y compris l'accès aux outils numériques d'apprentissage; l'accès aux réseaux sociaux, y compris via les jeux vidéo; la cyberintimidation, y compris le partage de matériel sexuellement explicite; l'accès des mineurs à la pornographie sur le web; les mécanismes visant à créer une dépendance utilisés par certaines applications; la publicité destinée aux enfants sur les plateformes et les applications².

La Commission s'inscrit dans un contexte particulier où l'on fait témoin de l'importance du numérique en général dans la société québécoise. Nous précisons « québécoise » ici puisque plusieurs pays, états et nations en ont fait le constat il y a bien longtemps, et qu'il est impossible de dire que nous ne pouvions prévoir la place prépondérante que le numérique occuperait dans la vie de tous les jours ainsi que les conséquences potentielles qui y sont liées. Pour donner quelques exemples, la France s'est dotée en 2016 de la Loi n°2016-1321 pour une République numérique s'organisant autour de trois axes, soit « favoriser la circulation des données et du savoir ; œuvrer pour la protection des individus dans la société du numérique et ; garantir l'accès au numérique pour tous »³. Le Royaume-Uni a légiféré en 2020 pour intégrer au Data Protection Act de 2018 ce qu'ils appellent le Children's Code : ce Code « définit 15 normes principales de conception

¹ Commission spéciale portant sur les impacts des écrans chez les jeunes. 27 janvier 2025. *Les membres lancent une deuxième phase de consultations et d'auditions*. [Communiqué]. Assemblée nationale du Québec.

² Commission spéciale portant sur les impacts des écrans chez les jeunes. Aout 2024. *Document de consultation*. Assemblée nationale du Québec. ISBN (PDF) : 978-2-550-98443-6

³ Ministère de l'Économie, de l'Industrie et du Numérique. (2015). *Exposé des motifs du projet de loi pour une République numérique*. Légifrance. Loi n°2016-1321

adaptée à l'âge que les entreprises doivent mettre en œuvre pour garantir que leurs services protègent de manière appropriée les données personnelles des enfants et traitent ces données de manière équitable »⁴. De façon plus générale aussi, l'Union européenne s'est dotée du Cadre européen des compétences numériques pour les citoyens (« DigComp ») pour la première fois en 2013, qui a été révisé à plusieurs reprises depuis. Ce cadre est utilisé dans les rapports et analyses des politiques en matière d'éducation et de jeunesse⁵.

Au Québec, comme partout ailleurs, le constat de l'importance du numérique, de sa prépondérance dans notre société ainsi que de l'augmentation de l'utilisation des appareils est flagrant et porte les différentes institutions à légiférer sur le sujet. Nous disposons maintenant de suffisamment d'information pour témoigner de cette tendance. En effet, en 2023, 45% des jeunes âgés de 6 à 17 ans passaient en moyenne plus de 10 heures par semaine devant un écran, alors qu'en 2020, cette proportion était de 40%⁶. Toutefois, nous disposons également assez d'information pour témoigner des externalités négatives de cette quatrième révolution industrielle : santé physique, santé mentale, cyberintimidation/cyberviolence, cyberdépendance, appauvrissement culturel, etc.

Dans le cadre des consultations menées par la Commission spéciale sur les impacts des écrans et des réseaux sociaux sur la santé et le développement des jeunes, la Commission-Jeunesse du Parti libéral du Québec souhaite porter à l'attention des membres ses recommandations. Ces recommandations ont pour but d'intégrer efficacement le numérique au sein de la société québécoise et d'en maximiser ses vertus, tout en protégeant la jeunesse des externalités négatives et des dangers liés à l'utilisation des écrans et des médias sociaux.

⁴ UK Government. 2020. *Explanatory memorandum to the Age-Appropriate Design Code 2020*. GOV.UK.

⁵ Commission européenne/EACEA/Eurydice, 2019. *L'éducation numérique à l'école en Europe*. Rapport Eurydice. Luxembourg: Office des publications de l'Union européenne.

⁶ Académie de la transformation numérique, *Enquête NETendances 2023 : famille numérique*, vol. 14 n° 5, 2023.

Structure et approche

La Commission-Jeunesse du Parti libéral du Québec souhaite mentionner que son approche dans l'élaboration de ses recommandations est utilitaire, inclusive et éducative. Elle cherche à proposer des pistes de solutions qui permettraient au Québec de protéger sa population, surtout les jeunes, tout en mettant des bases facilitant l'usage de la technologie dans l'éducation, et suggérer des alternatives pour limiter la cyberdépendance.

La Commission-Jeunesse du Parti libéral du Québec est d'avis que les conséquences de l'utilisation des écrans et des médias sociaux dépendent d'une combinaison de comportements numériques qui peuvent être soit négatifs, soit positifs. En favorisant la création d'un environnement sain et positif de l'utilisation du numérique, le Québec peut minimiser l'impact nocif sur la santé et le développement des jeunes. Nous attestons d'ailleurs qu'il serait néfaste pour notre société de restreindre l'utilisation des écrans et de s'en dissocier. Un tel comportement risquerait de créer une fracture menant à ce que l'on peut appeler des inégalités numériques entre la société québécoise et le reste du Canada/monde.

Bihr et Pfefferkorn (2008) ont brossé un portrait des formes d'inégalités numériques possibles au niveau systémique :

- Les inégalités numériques de l'ordre de l'avoir, qui concernent l'accès aux technologies, et les types de technologies auxquels un individu a accès ;
- Les inégalités numériques de l'ordre du savoir, qui correspondent à l'étendue des compétences et des usages technologiques qu'un individu peut mobiliser ;
- Les inégalités numériques de l'ordre du pouvoir, qui ont trait à la capacité, pour un individu, de mettre à profit les usages et les compétences technologiques pour servir ses intérêts et son capital individuels⁷.

Bien que la Commission spéciale concentre son travail sur les impacts des écrans et des réseaux sociaux sur la santé et le développement des jeunes, nous profitons du dialogue pour y intégrer l'aspect concernant l'importance de s'adapter et de s'appropriier l'ère numérique, tout en gardant en priorité la sécurité de la jeunesse.

⁷ Bihr, Roland Pfefferkorn. *Le système des inégalités*. Paris, La Découverte, coll. « Grands Repères Manuels », 2021, 176 p., 1re éd. 2008, ISBN : 978-2-348-07174-4.

Mise en place d'une majorité numérique

Le concept de majorité numérique se démocratise rapidement. On associe normalement, pour les juridictions qui ne possèdent pas de normes claires sur le sujet, la majorité numérique à l'âge de 13 ans, puisque la loi américaine de 1998 Children's Online Privacy Act (COPPA) le dicte ainsi⁸. Cette loi prévoit des standards pour les sites utilisant des informations personnelles des enfants en bas de 13 ans nécessitant un accord parental vérifiable pour l'utilisation⁹. Toutefois, d'autres pays ont légiféré pour se doter d'une majorité numérique différente, notamment la France qui a établi son seuil à 15 ans. La loi émise en 2023 instaurant la majorité numérique à 15 ans précise que :

« Les réseaux sociaux exerçant leur activité en France devront refuser l'inscription à leurs services des mineurs de moins de 15 ans, sauf si une autorisation d'inscription est donnée par l'un des titulaires de l'autorité parentale sur le mineur (article 4). La majorité numérique doit s'appliquer aux comptes déjà créés et détenus par des mineurs de moins de 15 ans. Les réseaux sociaux auront alors deux ans pour recueillir l'accord des titulaires de l'autorité parentale sur ce dernier. »¹⁰

Le Québec, qui dispose en soi d'outil législatif pour réguler l'utilisation et la propagation d'informations personnelles et privées des enfants sur le numérique (par exemple : LPRPDE au fédéral, la Loi sur la protection des renseignements personnels dans le secteur privé au Québec), ne possède aucun document formel attestant de sa conception du « consentement numérique ».

La majorité numérique peut devenir un outil important pour ce qui concerne l'aspect sécurité de l'utilisation des écrans et des médias sociaux. Cependant, la Commission-Jeunesse du Parti libéral du Québec soutient que de restreindre formellement l'utilisation des médias sociaux par l'État québécois serait une atteinte aux libertés individuelles, une valeur fondamentale qui nous habite. Nous proposons donc en ce sens la mise en place d'un mécanisme non restreignant impliquant la régulation privée de l'utilisation des réseaux sociaux par les jeunes.

⁸ Soie Geronimi. 22 décembre 2024. *Reimagining COPPA: Safeguarding children's privacy in the digital age*. Columbia Law Review.

⁹ Ibid.

¹⁰ Direction des Affaires juridiques. (2023, 20 juillet). *La loi n°2023-566 du 7 juillet 2023 crée une majorité numérique fixée à 15 ans*. Ministère de l'Économie, des Finances et de la Souveraineté industrielle et numérique.

Cette mesure permettrait de doter les parents d'un outil pour réguler l'utilisation des réseaux sociaux de leurs enfants et limiter les risques associés à la cyberdépendance, les effets cognitifs ou éducatifs, les troubles anxieux, la cyberviolence, etc.

Pour faciliter la mise en place de ce mécanisme, nous suggérons fortement l'établissement d'une définition juridique claire relative au statut d'enfant et au statut d'adolescent dans un contexte numérique.

Recommandation 1 : La Commission-Jeunesse du Parti libéral du Québec recommande la mise en place d'une majorité numérique qui entraînerait une régulation de l'utilisation des médias sociaux pour les utilisateurs en bas d'un âge donné. L'utilisation des médias sociaux pour les utilisateurs n'ayant pas la majorité numérique nécessiterait une autorisation parentale vérifiable.

Recommandation 1.1 : La Commission-Jeunesse du Parti libéral du Québec recommande l'établissement clair, formel et juridique, des notions d'enfant et d'adolescent dans un contexte numérique.

Protéger la jeunesse

La Commission-Jeunesse du Parti libéral soutient que les violences perpétrées sur le milieu numérique doivent être prises au sérieux, et au même niveau que les autres formes de violence. La cyberintimidation doit être une priorité et des mesures concrètes doivent être prises pour la prévenir et assurer une répression efficace. Il en est d'autant plus important considérant que, dans les établissements scolaires, les personnes les plus susceptibles statistiquement de vivre de l'intimidation ou de la cyberintimidation sont :

- Les plus jeunes (12-17 ans) ;
- Les personnes lesbiennes, gaies, bisexuelles ou d'une orientation sexuelle autre qu'hétérosexuelle (personnes LGBTQ+) ;
- Les personnes transgenres ou non binaires ;
- Les personnes qui ont une incapacité qui les limite dans leurs activités quotidiennes¹¹.

Nous devons aussi mentionner que, selon une étude de Statistiques Canada, « 34% des jeunes des Premières Nations vivant hors réserves ont déclaré avoir été victime de cyberintimidation alors que le taux des jeunes non autochtones est de 24% »¹². Il est donc évident que la mise en place de mécanisme visant à limiter les cyberviolences est aussi une question de protection des minorités et des groupes plus vulnérables.

Selon une étude réalisée par l'institut de la statistique du Québec, les personnes ayant subi de l'intimidation ou de la cyberintimidation en contexte scolaire sont enclines à utiliser des pistes de solution : 60% ont parlé de la situation vécue à quelqu'un et 83% ont entrepris au moins une démarche pour y mettre fin¹³.

Les cyberviolences ont un caractère qui leur sont propre, de par le fait notamment qu'elles n'ont aucune barrière spatiale ou temporelle¹⁴. Les diverses infractions commises sur l'espace numérique peuvent entraîner des sanctions légales, qu'elles soient civiles ou criminelles.

¹¹ Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse. Novembre 2024. *Consultations – Élaboration du prochain Plan d'action concerté pour prévenir et contrer l'intimidation et la cyberintimidation*. Mémoire présenté au ministère de la Famille du Québec.

¹² Hango, D. (2023, février). *Les préjudices subis en ligne par les jeunes et les jeunes adultes : la prévalence et la nature de la cybervictimisation. Regards sur la société canadienne*. Statistique Canada.

¹³ ARANIBAR ZEBALLOS, Daniela, et Jesseca PAQUETTE (2024). *L'intimidation et la cyberintimidation au Québec. Portrait à partir de l'Étude québécoise sur les rapports sociaux dans un contexte scolaire, de travail et dans la communauté 2022*, [En ligne], Québec, Institut de la statistique du Québec, 166 p. [statistique.quebec.ca/fr/ fichier/intimidation-quebec-eqrs-2022.pdf]

¹⁴ Commission spéciale portant sur les impacts des écrans chez les jeunes. Aout 2024. *Document de consultation*. Assemblée nationale du Québec. ISBN (PDF) : 978-2-550-98443-6

Le Québec dispose, dans son organisation judiciaire, d'une Chambre de la Jeunesse, soit l'une des trois divisions de la Cour du Québec. La Commission-Jeunesse du Parti libéral du Québec soutient qu'il serait pertinent d'établir, au sein même de la Chambre de la jeunesse, un tribunal spécial en matière de cyberviolences civiles ou criminelles. Nous croyons fortement en le potentiel du pouvoir dissuasif des tribunaux, et jugeons qu'il serait pertinent d'avoir une instance judiciaire spécialisée dans le traitement des cas de cyberviolences pour les jeunes dans le but de faciliter l'accès à une ressource directe, renforcer l'expertise juridique dans le domaine, rendre plus accessible la gestion des plaintes déposées. Cette recommandation s'inscrit dans la perspective où la sécurité et le développement d'un enfant (dans ce cas-ci, moins de 18 ans) peut être compromis lorsque celui-ci est victime de cyberviolence.

Recommandation 2 : La Commission-Jeunesse du Parti libéral du Québec recommande la mise en place d'un tribunal spécialisé en matière de cyberviolence au sein de la Chambre de la jeunesse dans le but de faciliter l'accès à une ressource judiciaire direct, renforcer l'expertise juridique en la matière et rendre plus accessible la gestion des plaintes déposées.

Dans un même ordre d'idée, considérant que les conséquences de l'utilisation des écrans et des médias sociaux dépendent d'une combinaison de comportements numériques qui peuvent être soit négatifs, soit positifs, nous croyons qu'il serait pertinent d'intégrer des séances d'informations et de préventions concernant les dangers liés à l'utilisation des médias sociaux, ainsi que des formations sur l'usage adéquat et conforme à la loi des plateformes numériques.

En ce sens, il serait pertinent d'établir un programme de sensibilisation à l'usage des médias sociaux et aux dangers de l'espace numérique présenté en milieu scolaire secondaire. Le programme de sensibilisation devra être chapeauté par le ministère de l'Éducation, mais devra découler d'un travail entre plusieurs ministères dans le but de rendre la formation multidisciplinaire, notamment le ministère de la Cybersécurité et du numérique, le ministère de la Justice et le Secrétariat de la jeunesse.

Recommandation 2.2 : La Commission-Jeunesse du Parti libéral du Québec recommande la mise en place d'un programme de sensibilisation à l'usage des médias sociaux et aux dangers de l'espace numérique qui devrait être présenté en milieu scolaire secondaire.

Développement de la techno pédagogie

Tout en prenant en considérant l'importance des dangers sur la santé physique, psychologique et cérébrale que l'utilisation des écrans peut entraîner chez les jeunes, nous tenons à souligner que l'utilisation des outils numériques doit être perçue comme un avantage et un outil pour l'atteinte en contexte éducatif de meilleurs résultats individuels.

Dans n'importe quelle approche pédagogique moderne et contemporaine, nous devons prendre en considération l'importance de l'aspect numérique et des technologies de l'information et de la communication (TIC) : des systèmes comme Google, qui n'existant pas il y a 25 ans, sont aujourd'hui la première source d'accès à l'information, tant pour les étudiants que pour les enseignants¹⁵. Nous sommes d'avis, tout comme il est énoncé dans le Rapport préliminaire « L'utilisation du numérique dans les écoles de l'Assemblée parlementaire de la francophonie, section Québec », que les outils numériques ont leur place en classe s'ils participent à l'atteinte de la mission de l'école, qui est d'instruire, de socialiser et de qualifier¹⁶.

Nous avons pris connaissance des études portant sur les dangers de l'utilisation des appareils numériques en classe relevant de la littérature de l'INSPQ : distraction accrue, retard d'apprentissage, effet direct sur la cognition, en particulier sur les personnes qui présentent des vulnérabilités cérébrales au préalable et une immaturité dans le développement, etc¹⁷. Tous sont des véritables dangers à prendre en considération dans l'établissement d'une vision nationale sur le sujet. Concernant l'utilisation des appareils à des fins personnelles dans les salles de classe ou les établissements d'études primaires et scolaires, nous saluons la directive émise en 2023 par le ministre de l'Éducation concernant l'interdiction de l'utilisation des cellulaires, des écouteurs et des autres appareils mobiles personnels dans les classes des centres de services scolaires, et encourageons les établissements qui ne se sont pas déjà dotés d'une politique écrite sur l'utilisation de ces appareils d'y procéder¹⁸.

Toutefois, nous souhaiterions que des cours sur les Affaires numériques soient intégrés au cursus scolaire des étudiants à l'école secondaire. Il est évident que depuis la pandémie de Covid-19, un nombre accru

¹⁵ Karsenti, T., & Bugmann, J. (éds.). (2017). *Enseigner et apprendre avec le numérique (1-)*. Presses de l'Université de Montréal. <https://doi.org/10.4000/books.pum.11315>

¹⁶ Poirier, C., & Cousineau, C. (2018, avril). Rapport préliminaire : *L'utilisation du numérique dans les écoles*. Assemblée parlementaire de la Francophonie – Section du Québec. Commission de l'éducation, de la communication et des affaires culturelles.

¹⁷ Commission spéciale portant sur les impacts des écrans chez les jeunes. Aout 2024. *Document de consultation*. Assemblée nationale du Québec. ISBN (PDF) : 978-2-550-98443-6

¹⁸ Ibid.

d'enseignants ou de méthodes pédagogiques utilisent le numérique dans leur cours¹⁹, on peut aussi le voir au cégep ou à l'université ou les plateformes principales d'informations sont presque uniquement accessibles en ligne par exemple.

Dans le but de former les jeunes aux usages éducatifs des technologies, aux implications de l'utilisation de plateformes comme les médias sociaux, à l'utilisation de différents logiciels fondamentaux au niveau professionnel comme Word et Excel, ainsi qu'à plusieurs concepts de base concernant les affaires numériques comme les algorithmes ou la diffusion de données personnelles, nous croyons qu'il serait fortement utile d'intégrer ce type de formation au cursus général.

Recommandation 3 : La Commission-Jeunesse du Parti libéral du Québec recommande l'intégration au Programme de formation de l'école québécoise (PFEQ) secondaire des cours sur les Affaires numériques dans le cadre du domaine d'apprentissage sur la science et la technologie.

Dans un même ordre d'idée, le Plan d'action numérique en éducation et en enseignement supérieur 2017-2023 du Gouvernement libéral de Monsieur Philippe Couillard prévoyait plusieurs solutions, sous trois orientations principales, pour intégrer l'utilisation du numérique et les compétences numériques dans le milieu scolaire. Le Plan souligne qu'il est essentiel de renforcer les liens entre l'utilisation de ressources numériques, l'autonomie et la réussite de chacun²⁰.

Nous sommes d'avis qu'il serait primordial de continuer en ce sens et de se doter d'objectif clair dans le but de démocratiser l'utilisation des écrans dans un cadre scolaire d'apprentissage pédagogique. Selon la plus récente étude de l'Académie de la transformation numérique sur le portrait des usages du numérique dans les écoles québécoises, 81% des directeur.ice.s considèrent que le numérique dans les écoles est un enjeu prioritaire pour enseigner et faire réussir le PFEQ²¹. Toutefois, l'étude témoigne aussi d'un recul dans le pourcentage des initiatives ou des projets pilotes dans les écoles en lien avec de nouveaux usages numériques : le taux de 2014 était de 59%, celui de 2021 de 41% et celui de 2023 de 43%. Ces projets

¹⁹ École branchée. (2023, 19 septembre). *Usages du numérique en soutien aux apprentissages et à l'engagement des élèves : ce qu'en pensent des enseignants et des élèves*. <https://ecolebranchee.com/usages-numerique-soutien-apprentissages-engagement-eleves/>

²⁰ Ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur du Québec. (2018). *Plan d'action numérique en éducation et en enseignement supérieur*. Gouvernement du Québec.

²¹ Académie de la transformation numérique, *Enquête NETendances 2023 : Portrait des usages du numérique dans les écoles québécoises*, Édition 2023. Université Laval.

pilotes peuvent passer de la robotique à l'achat ou l'intégration d'équipements comme les Chromebooks, les iPads, les tableaux numériques, etc²².

Il serait important que le Gouvernement mette en place des mesures et des plans stratégiques pour assurer la continuité de l'intégration du numérique dans les écoles et assure un suivi de l'atteinte de ses objectifs, ainsi que le financement nécessaire pour la réalisation de ceux-ci dans le but de former adéquatement la main-d'œuvre de demain en intégrant des outils numériques.

Recommandation 3.1 : La Commission-Jeunesse du Parti libéral du Québec recommande la mise en place d'un nouveau Plan d'action numérique en éducation et en enseignement supérieur dans le but d'accélérer l'intégration pédagogique des appareils numériques dans les écoles.

²² Ibid.

Des alternatives pour limiter les externalités négatives

Bien que la Commission-Jeunesse du Parti libéral du Québec préconise une approche inclusive et une intégration des écrans à la jeune société, nous sommes parfaitement au fait de ce que nous considérons comme des externalités négatives de l'utilisation des écrans.

Les spécialistes du développement cognitif des enfants se sont en effet penchés sur la question et expliquent que les habitudes et le temps d'écran élevés chez les jeunes peuvent nuire à l'attention, à la mémoire, au développement des compétences en apprentissages et aux résultats scolaires²³. Des effets nocifs au niveau du développement de compétences sociales sont aussi à noter, ainsi que des impacts sur le niveau d'isolement ou l'estime de soi²⁴. Le Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de la Mauricie-et-du-Centre-du-Québec souligne que des facteurs environnementaux soient l'environnement dans lequel vit la personne et le manque d'occupation peut inciter davantage l'usage problématique des écrans²⁵.

Il va de soi qu'il est primordial d'offrir aux jeunes un environnement où des alternatives sont possibles et accessibles pour limiter le temps d'utilisation des écrans au niveau récréatif. Le mémoire de Dre Magali Dufour présente un portrait exhaustif des types de dépendances aux appareils numériques et aux différentes plateformes ainsi que les conséquences potentielles liées à cette habitude. Elle explique qu'il est en effet difficile de lutter et de réglementer contre l'utilisation excessive des appareils, une lutte qui s'apparait pour les parents notamment à un combat contre Goliath²⁶.

Nous croyons qu'il serait pertinent de faire un effort pour rendre plus accessibles les activités parascolaires, sportives, éducatives et communautaires dans le but de changer les habitudes et les comportements individuels. Une étude sur la pratique d'activité physique structurée et organisée pendant l'enfance et l'adolescence témoigne d'un lien de causalité direct avec une plus grande persévérance scolaire en général²⁷. Pour le dire simplement, les jeunes passent plus de temps sur leurs écrans lorsqu'ils n'ont rien à faire d'autres de plus intéressant ; qui plus est, les médias sociaux sont un vecteur de socialisation, certains

²³ INSPQ, *L'utilisation des écrans en contexte de pandémie de COVID-19 — quelques pistes d'encadrement*, 2020 .

²⁴ Ibid.

²⁵ Gouvernement du Québec, *Cyberdépendance*, Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de la Mauricie-et-du-Centre-du-Québec.

²⁶ Dre Magali Dufour. Septembre 2024. *L'utilisation problématique d'Internet : portrait des méfaits les plus sévères*. Mémoire présenté à la Commission spéciale sur les impacts des écrans et des réseaux sociaux sur la santé et le développement des jeunes.

²⁷ Kosak, L.-A., Harandian, K., Bacon, S. L., Fitzpatrick, C., Correale, L., & Pagani, L. S. (2024). *Active Child, Accomplished Youth: Middle Childhood Active Leisure Fuels Academic Success by Emerging Adulthood*. *Children*, 11(9), 1140. <https://doi.org/10.3390/children11091140>

peuvent donc se retrouver dans un état d'isolement tout en se sentant pleinement entourés. Ce sont des effets pervers de l'utilisation des écrans qui peuvent se solder sur une dépendance potentielle, ou une consommation du numérique plus grande que celle qui est recommandée.

Pour contrebalancer ces effets pervers, il est plus que nécessaire de faciliter la création d'un cadre social et dynamique externe aux écrans, et surtout, réduire les inégalités d'accès aux loisirs pour nos jeunes. Pour reprendre le sport comme exemple, un mémoire publié par Montréal physiquement active le dit clairement « L'activité physique et sportive favorise le développement physique, cognitif et psychosocial des enfants et des jeunes, aide à réguler le stress et autres problèmes de santé mentale (ONU, 2020; ICSSPE, 2023) »²⁸. Mais il en est tout autant pour les autres formes de loisirs, comme les clubs de science, d'arts, de musique, le bénévolat, les scouts, etc.

Il existe actuellement un Crédit d'impôt pour les activités des enfants au Québec.

« Le crédit d'impôt pour activités des enfants consiste à appliquer un taux de 20 % aux frais d'inscription ou d'adhésion admissibles, jusqu'à concurrence du plafond général par enfant de 500 \$ pour l'année d'imposition 2024. Le crédit a donc une valeur maximale de 100 \$ (500 \$ x 20 %). Toutefois, l'admissibilité au crédit est conditionnelle à ce que le revenu familial ne dépasse pas 163 800 \$ en 2024. »²⁹

Ce crédit est largement insuffisant et il serait primordial d'augmenter l'accessibilité au parascolaire pour les jeunes, notamment ceux des milieux socio-économiques plus difficiles, pour limiter l'utilisation excessive des appareils numériques et des médias sociaux, prévenir la dépendance, limiter l'isolement et augmenter le dynamisme collectif des jeunes.

Recommandation 4 : La Commission-Jeunesse du Parti libéral du Québec recommande la bonification du Crédit d'impôt pour activités des enfants ainsi que la mise en place de mesures concrètes pour favoriser l'accessibilité aux activités parascolaires sportives, communautaires, éducatives ou artistiques chez les jeunes.

²⁸ Montréal physiquement active. (2023, 30 juin). *Les activités physiques et sportives comme levier à la lutte contre la pauvreté et l'exclusion sociale*. Mémoire soumis dans le cadre de la consultation publique du gouvernement du Québec en vue du quatrième plan d'action gouvernemental en matière de lutte contre la pauvreté et l'exclusion sociale.

²⁹ Chaire en fiscalité et en finances publiques. (n.d.). *Crédit d'impôt pour activités des enfants*. Université de Sherbrooke.