

CSESJ

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

RAPPORT INTÉRIMAIRE

Avril 2025



Dépôt légal – Avril 2025, Bibliothèque et Archives nationales du Québec

ISBN (PDF) : 978-2-555-01022-2

Collaboratrices et collaborateurs aux travaux

Secrétariat de la Commission

Mériem Lahouiou
Enora Terrien
Carl Villeneuve

Service de la recherche

Félix Bélanger
Audrey Houle
Xavier Mercier Méthé

Service de l'information

Alexandre Laflamme
Stéphane Wimart

Révision linguistique

Danielle Simard

Graphisme

Laurence Poulin

Communications

Raphaël Thériault
Béatrice Zacharie

Pour tout renseignement complémentaire sur les travaux de la Commission spéciale sur les impacts des écrans et des réseaux sociaux sur la santé et le développement des jeunes, veuillez vous adresser à la secrétaire de la Commission, M^{me} Mériem Lahouiou.

Édifice Pamphile-Le May
1035, rue des Parlementaires, 3^e étage
Québec (Québec) G1A 1A3
Téléphone : 418 643-2722
Sans frais : 1 866 337-8837
Courrier électronique : csej@assnat.qc.ca

Ce document est mis en ligne dans la section Travaux parlementaires du site Internet de l'Assemblée nationale : assnat.qc.ca.

MEMBRES DE LA COMMISSION



Amélie Dionne
Présidente
Députée de
Rivière-du-Loup-
Témiscouata



Enrico Ciccone
Vice-président
Député de
Marquette



Alexandre Leduc
Membre du
comité directeur
Député
d'Hochelaga-
Maisonneuve



Pascal Bérubé
Membre du
comité directeur
Député de
Matane-
Matapédia



Audrey Bogemans
Membre
Députée
d'Iberville



Madwa-Nika Cadet
Membre
Députée de
Bourassa-Sauvé



Yannick Gagnon
Membre
Député de
Jonquière



Marie-Belle Gendron
Membre
Députée de
Châteauguay



Elisabeth Prass
Membre
Députée de
D'Arcy-McGee



Stéphane Sainte-Croix
Membre
Député de
Gaspé



François St-Louis
Membre
Député de
Joliette



Suzanne Tremblay
Membre
Députée de
Hull



TABLE DES MATIÈRES

INTRODUCTION	5
LES ÉCRANS À L'ÉCOLE	6
L'INTERDICTION DES APPAREILS MOBILES INDIVIDUELS EN CLASSE	6
L'INTERDICTION DES APPAREILS MOBILES INDIVIDUELS À L'ÉCOLE	7
BIBLIOGRAPHIE	15

INTRODUCTION

La question de l'utilisation des cellulaires à l'école s'est rapidement imposée comme un enjeu incontournable du mandat confié à la Commission spéciale sur les impacts des écrans et des réseaux sociaux sur la santé et le développement des jeunes. Les auditions publiques tenues à l'automne 2024 et à l'hiver 2025 ainsi que la tournée des écoles du Québec que nous avons effectuée au mois de novembre 2024 ont nourri nos réflexions sur ce thème. Plusieurs personnes rencontrées ont souligné l'omniprésence des cellulaires dans les écoles et leurs effets au quotidien pour les jeunes et le personnel scolaire. Malgré l'interdiction d'utiliser un cellulaire en classe annoncée par le ministre de l'Éducation en octobre 2023, les appareils mobiles individuels demeurent bien présents dans les cafétérias, les corridors et les cours d'école. Devant cette réalité, plusieurs spécialistes ont souligné l'intérêt de les interdire sur l'ensemble du territoire des établissements d'enseignement primaire et secondaire.

Au cours de nos travaux, nous avons soupesé les avantages et les inconvénients de cette mesure à la lumière des témoignages des spécialistes et des différentes parties prenantes du milieu scolaire. Nous avons également accordé une grande place dans nos délibérations aux différents points de vue exprimés par les jeunes que nous avons rencontrés lors de la tournée des écoles. Leur contribution a été essentielle et nous a permis de mieux saisir leur point de vue.

Le présent rapport intérimaire fait état de nos constats, de nos conclusions et de ce que nous recommandons sur l'utilisation des appareils mobiles individuels à l'école. Nous souhaitons les rendre publics dès maintenant afin de permettre au gouvernement et aux acteurs du milieu scolaire d'en prendre connaissance. À l'approche de la rentrée scolaire 2025-2026, nous estimons important d'offrir au gouvernement et au personnel du primaire et du secondaire un maximum de prévisibilité en vue d'une éventuelle mise en œuvre de notre recommandation.

Les constats et recommandations que nous formulerons sur les autres aspects de notre mandat se trouveront dans le rapport final de la Commission spéciale qui doit être déposé à l'Assemblée nationale au plus tard le 30 mai 2025.

LES ÉCRANS À L'ÉCOLE

L'interdiction des appareils mobiles individuels en classe

En octobre 2023, le ministre de l'Éducation a émis une directive visant à interdire l'utilisation des appareils individuels dans les classes des écoles publiques du Québec. Entrée en vigueur en janvier 2024, la directive précise que les centres de services scolaires doivent :

s'assurer de mettre en œuvre les moyens dont ils disposent pour interdire l'utilisation du cellulaire, des écouteurs et des autres appareils mobiles personnels par les élèves dans les locaux des écoles et des centres de formation professionnelle où sont dispensés des services de l'éducation préscolaire et des services d'enseignement primaire et secondaire¹.

La directive prévoit certaines exceptions à l'interdiction d'utiliser son cellulaire en classe. Elle ne s'applique pas lorsque l'utilisation d'un cellulaire, d'écouteurs ou d'un autre appareil mobile est requise par :

- Les modalités d'intervention pédagogique prises par l'enseignant ou l'enseignante;
- L'état de santé de l'élève;
- Les besoins particuliers d'une ou d'un élève handicapé ou en difficulté d'apprentissage².

Il revient aux conseils d'établissement de définir les modalités d'application de l'école pour interdire l'utilisation des appareils mobiles en classe. La directive mentionne que les modalités d'application définies par les conseils d'établissement devaient entrer en vigueur au plus tard le 31 décembre 2023 pour une mise en œuvre au retour en classe en janvier 2024. La directive s'applique aux écoles des centres de services scolaires. L'interdiction du cellulaire en classe ne concerne donc pas les écoles privées du Québec.

Lors de la tournée des écoles de la Commission spéciale à l'automne 2024, la majorité des élèves ont mentionné être en accord avec cette mesure. Ils reconnaissent que les cellulaires sont une distraction et qu'ils peuvent nuire à la concentration en classe. Un constat similaire se dégage de la consultation en ligne. Près des deux tiers (63 %) des jeunes de 14 à 17 ans estiment que l'interdiction d'utiliser son cellulaire en classe est une mesure efficace pour limiter les distractions. Cette proportion grimpe à 86 % chez l'ensemble des répondants et répondantes.

Les études tendent à confirmer qu'il s'agit d'une mesure efficace pour limiter les distractions. Une revue de littérature effectuée par l'Institut national de santé publique du Québec (INSPQ) montre que l'utilisation en classe à des fins personnelles des appareils numériques individuels, dont les cellulaires, conduit les élèves à être en multitâche numérique. Or, cette situation est associée à une baisse de l'apprentissage. La présence d'un cellulaire éteint sur le bureau pourrait aussi affecter la mémoire de travail qui est une des fonctions

¹ Décret 1498-2023 concernant l'approbation de la Directive du ministre de l'Éducation concernant l'utilisation du cellulaire, des écouteurs et d'autres appareils mobiles personnels par les élèves dans les locaux des écoles et des centres de formation professionnelle des centres de services scolaires où sont dispensés des services de l'éducation préscolaire et des services d'enseignement primaire et secondaire, (2023) 155 G.O. II, n° 42, p. 4785-4786.

² Ibid.

cognitives centrales à l'apprentissage scolaire³. Ainsi, la simple vue de l'objet peut interférer avec certaines habiletés cognitives. Même si les recherches concernent essentiellement les étudiants et les étudiantes aux études supérieures, l'INSPQ indique qu'il est possible de présumer que « les effets négatifs de la distraction numérique sur la cognition sont également présents, voire plus importants chez les élèves du primaire et du secondaire qui présentent une plus grande immaturité, et donc, vulnérabilité cérébrale⁴ ».

Les principales parties prenantes du milieu de l'éducation jugent que l'interdiction du cellulaire dans les salles de classe est une bonne mesure. Autant les regroupements de comités de parents que la Fédération des centres de services scolaires du Québec ont accueilli positivement la directive ministérielle et affirment que sa mise en œuvre s'est bien déroulée. Le discours est similaire chez les syndicats qui représentent le corps enseignant. Ils notent que le retrait des cellulaires en classe enlève un élément perturbateur pour les élèves. La Fédération autonome de l'enseignement est satisfaite que la directive conserve l'autonomie professionnelle des enseignants et enseignantes en leur permettant d'avoir recours aux appareils mobiles à des fins pédagogiques⁵. De son côté, la Fédération des syndicats de l'enseignement soutient l'interdiction, mais mentionne que certains de ses membres rencontrent encore des difficultés à la faire appliquer. Il arrive que des élèves continuent à apporter leur cellulaire en classe et à l'utiliser. À cet égard, le syndicat rappelle l'importance que les écoles se donnent les moyens nécessaires de faire appliquer toute mesure éventuelle concernant la place des appareils mobiles à l'école⁶.

L'interdiction des appareils mobiles individuels à l'école

Lors de nos visites dans les écoles, nous avons rapidement pu constater la grande place qu'occupent les téléphones cellulaires. Néanmoins, nous avons remarqué qu'il s'agit d'un phénomène surtout observé dans les écoles secondaires. Au primaire, le cellulaire est généralement un peu moins présent. Plusieurs élèves n'en possèdent pas et parmi ceux qui en ont un, tous ne l'apportent pas à l'école. La situation est différente au secondaire, où la vaste majorité des élèves détiennent un téléphone intelligent et tendent à l'avoir en leur possession durant la journée scolaire. Ce constat est d'ailleurs confirmé par la plus récente *Enquête sur le bien-être des familles québécoises*. Les données montrent que le taux de possession d'un téléphone intelligent passe d'environ 50 % en 6^e année du primaire à plus de 80 % en secondaire⁷.

Pendant les auditions publiques, des spécialistes, dont la chercheuse et consultante Catherine L'Ecuyer, la psychiatre Victoria Dunckley, les enseignants Éric Martin et Sébastien Mussi ainsi que la chargée d'enseignement Carolanne Campeau, ont proposé d'interdire les appareils mobiles individuels sur l'ensemble du territoire des écoles primaires et secondaires. Plusieurs proposent en effet d'étendre l'interdiction afin que le cellulaire soit proscrit à la cafétéria, dans les corridors et dans les cours d'école. Des spécialistes soutiennent que cette mesure pourrait avoir plusieurs effets positifs, dont la réduction du temps

³ Tania Tremblay, *L'utilisation des écrans en contexte scolaire et la santé des jeunes de moins de 25 ans : effets sur la cognition*, Institut national de santé publique du Québec, 2023, p. 26-28.

⁴ *Ibid.*, p. 2.

⁵ Consultations particulières et auditions publiques sur les impacts des écrans et des réseaux sociaux sur la santé et le développement des jeunes, Fédération autonome de l'enseignement, 17 septembre 2024, 18 h 10.

⁶ *Ibid.*, Fédération des syndicats de l'enseignement (FSE-CSQ), 17 septembre 2024, 17 h 20.

⁷ Méliсса Généreux, *D'un bouleversement à l'autre : une enquête sur le bien-être des familles québécoises*, 12 mars 2025.

d'écran total des jeunes. Une telle mesure serait aussi de nature à inciter les jeunes à pratiquer d'autres activités comme aller à l'extérieur, lire ou faire de l'activité physique⁸.

Si on avait notre téléphone, on profiterait moins de nos installations comme les tables de ping pong.

Témoignage d'un élève qui fréquente une école où le cellulaire est interdit.

Les témoins favorables à cette mesure font aussi valoir que l'interdiction du cellulaire à l'école favoriserait les interactions entre les jeunes. C'est notamment le cas de la chargée d'enseignement Carolanne Campeau et de la psychiatre Victoria Dunckley. Elles estiment que cette mesure favoriserait les interactions sociales entre jeunes à l'heure du dîner et lors des pauses puisqu'ils n'auraient plus l'option d'utiliser leur cellulaire⁹.

À ce sujet, rappelons que le *Programme de formation de l'école québécoise* énonce les trois axes autour desquels s'articule la mission de l'école : instruire, socialiser et qualifier¹⁰. La socialisation est donc au cœur du système scolaire québécois et nous estimons essentiel qu'elle le demeure. L'école doit être plus qu'un lieu d'apprentissage. Il s'agit d'un endroit où les jeunes apprennent à se parler, à communiquer, à régler leurs conflits et à s'entraider. Elle joue un rôle incontournable dans l'apprentissage du vivre-ensemble. Or, selon les témoignages de plusieurs jeunes que nous avons rencontrés, la place grandissante qu'occupent les cellulaires à l'école nuit à cette mission. Comme nous l'a dit un jeune d'une école primaire, les cellulaires créent « une barrière pour se faire des amis ». D'autres nous ont rapporté qu'à l'heure du dîner et lors des récréations leurs camarades utilisent leur téléphone et interagissent peu entre eux.

Des parents nous ont aussi fait part des dilemmes que leur pose l'utilisation des cellulaires à l'école. À cet effet, une mère nous a soumis ce témoignage éloquent dans le cadre de la consultation en ligne :

Mon enfant vient d'entrer au secondaire. C'est un enfant actif, qui préfère jouer dehors plutôt que d'être devant un écran. Ses premières réactions étaient qu'il trouvait ça complètement nul que tous ses amis soient des zombies sur leur cellulaire le midi. Il était fier de ne pas en avoir les deux premiers mois. Mais maintenant la pression sociale a fait son œuvre et il s'est mis à jouer aux mêmes jeux que ses amis. Il veut pouvoir apporter un cellulaire à l'école lui aussi. Moi comme parent, je ne veux pas limiter son intégration sociale car je sais que c'est important à l'adolescence d'être comme les autres. Mais ça n'a juste pas de bon sens. Les études prouvent que c'est néfaste. Je ne connais pas un parent qui n'est pas outré de la situation!

Pour sa part, le Service de police de la Ville de Montréal (SPVM) a porté à notre attention un élément important en faveur de l'interdiction du cellulaire à l'école. Parmi les cas de cyberintimidation, de menaces et de diffusion d'images intimes que le SPVM traite, plusieurs prennent naissance dans les établissements scolaires, durant les heures de classe. Bien que ce cycle de la violence en ligne se poursuive fréquemment en soirée ou les fins de semaine, son point de départ se situe souvent à l'école, lorsque les élèves sont

⁸ Consultations particulières et auditions publiques sur les impacts des écrans et des réseaux sociaux sur la santé et le développement des jeunes, Victoria Dunckley, 16 septembre 2024, 15 h 20; *Ibid.*, Éric Martin et Sébasteien Mussi, 24 septembre 2024, 10 h 10.

⁹ *Ibid.*, Victoria Dunckley, 16 septembre 2024, 15h20.

¹⁰ Gouvernement du Québec, *Programme de formation de l'école québécoise*, 2006, p. 3.

réunis. Pour cette raison, les représentants et représentantes du SPVM ont joint leur voix à celles qui proposent de réduire la place accordée aux cellulaires dans les écoles¹¹.

L'Association québécoise des neuropsychologues a pour sa part exprimé quelques réserves sur l'interdiction des appareils mobiles individuels à l'école. Ses représentantes ont mentionné qu'une interdiction complète pendant les pauses ou sur l'heure du dîner pourrait priver certains élèves d'un accès important à leur réseau de soutien en ligne. Elles ont rappelé que les cellulaires peuvent avoir certains bienfaits sociaux, particulièrement pour les jeunes marginalisés, qui se sentent différents ou qui ont peu d'amis. L'Association préconise plutôt d'offrir aux élèves des activités sans écran à l'école afin qu'ils délaissent par eux-mêmes leur cellulaire¹².

Les jeunes que nous avons rencontrés au cours de la tournée des écoles ont eux aussi pensé aux effets que l'interdiction du cellulaire pourrait avoir sur les personnes plus isolées. Plusieurs ont souligné que, pour ceux et celles qui ont peu d'amis, le téléphone représente un moyen de se distraire, de s'évader et de créer un espace de réconfort dans un environnement parfois difficile. À leurs yeux, une interdiction complète pourrait ainsi avoir des conséquences négatives sur le bien-être de certains élèves. D'autres ont cependant soulevé le point inverse : l'interdiction du cellulaire pourrait inciter les personnes plus réservées à aller au-devant de leurs camarades de classe et à tisser de nouveaux liens d'amitié.

La plupart des intervenants et intervenantes s'accordent pour dire que cette mesure ne réglerait pas tous les problèmes. Il s'agit d'une solution parmi tant d'autres pour réduire le temps d'écran des jeunes et leur faire prendre conscience de ses effets. C'est pour cette raison que la Fédération des médecins spécialistes du Québec propose, par exemple, en complément de l'interdiction du cellulaire à l'école, d'offrir des ateliers de citoyenneté numérique afin d'informer les élèves sur les bonnes pratiques en matière d'utilisation des écrans¹³.

Des acteurs du milieu scolaire se montrent mitigés sur la pertinence d'adopter une directive nationale interdisant le téléphone cellulaire sur les lieux de l'école. Au cours de leurs témoignages, les regroupements de comités de parents privilégiaient la sensibilisation et l'éducation plutôt que les mesures trop contraignantes. Par exemple, la Fédération des comités de parents du Québec estime qu'une interdiction nationale des cellulaires dans les écoles du Québec serait potentiellement difficile à mettre en œuvre. La présidente de la Fédération, Mélanie Laviolette, a fait la mise en garde suivante :

Le mur-à-mur est difficilement applicable en tenant compte des réalités de chacune des régions. [...] [L]a réalité de l'Abitibi et de Montréal n'est pas la même, et l'application qu'on peut en faire n'est pas la même nécessairement non plus. Je ne suis pas certaine qu'une interdiction mur-à-mur apporterait quoi que ce soit au niveau de la compréhension, de l'éducation au niveau de l'utilisation des outils technologiques et numériques¹⁴.

¹¹ Consultations particulières et auditions publiques sur les impacts des écrans et des réseaux sociaux sur la santé et le développement des jeunes, Service de police de la Ville de Montréal, 4 février 2025, 16 h 20.

¹² *Ibid.*, Association québécoise des neuropsychologues, 4 février 2025, 17 h 40.

¹³ Fédération des médecins spécialistes du Québec, [Mémoire de la Fédération des médecins spécialistes du Québec](#), mémoire déposé à la CSESJ, p. 9.

¹⁴ Consultations particulières et auditions publiques sur les impacts des écrans et des réseaux sociaux sur la santé et le développement des jeunes, Fédération des comités de parents du Québec, 12 septembre 2024, 12 h.

La Fédération des comités de parents du Québec préfère laisser les conseils d'établissement prendre les décisions puisqu'ils sont les mieux placés pour comprendre la réalité sur le terrain¹⁵. Ces instances sont composées à la fois des parents, de membres du personnel scolaire, de représentants de la communauté et d'élèves (dans le cas des écoles secondaires)¹⁶. L'Association québécoise du personnel de direction d'école a une approche semblable. Elle juge préférable d'utiliser le principe de subsidiarité en laissant chaque école prendre les décisions concernant la présence des cellulaires dans son établissement. L'Association rappelle que la réalité de chaque école est différente. Elle estime que la mise en œuvre d'une telle mesure ne peut être uniforme, puisque la réalité d'une école de 400 élèves diffère considérablement de celle d'un établissement en comptant 3000¹⁷. De son côté, le Conseil en éducation des Premières Nations a rappelé que, dans les communautés qu'il dessert, ces décisions se prennent à l'échelle locale. Ce sont « les écoles, et les communautés, et les conseils, le gouvernement des communautés qui décident vraiment de qu'est-ce qui est bon pour leurs jeunes¹⁸ ».

Les syndicats entendus en audition ont exprimé des positions similaires. La Fédération des syndicats de l'enseignement privilégie aussi que cette décision se prenne à l'échelle locale en misant sur une approche concertée impliquant les parents, les élèves, le corps enseignant et les autres intervenants et intervenantes scolaires. Une décision à l'échelle locale offrirait l'avantage de mobiliser la communauté autour de la mesure adoptée¹⁹. De son côté, la Fédération autonome de l'enseignement a recommandé en audition d'évaluer les retombées dans les écoles qui ont récemment interdit le cellulaire dans leur établissement avant d'adopter une directive nationale. Elle propose d'analyser les expériences vécues dans ces établissements afin d'en tirer les apprentissages nécessaires et d'apporter les ajustements qui s'imposent pour une mise en œuvre réussie²⁰.

Bien que ces parties prenantes aient exprimé quelques réserves lors des auditions, nous prenons acte que le personnel enseignant semble, dans l'ensemble, favorable à l'interdiction du téléphone cellulaire à l'école. À l'hiver 2025, la Fédération des syndicats de l'enseignement a consulté ses membres sur l'application de cette mesure. Les résultats révèlent que 76,2 % des quelque 6855 membres sondés sont en faveur de l'interdiction du cellulaire partout à l'école²¹. À notre avis, cette ouverture du corps enseignant constitue un signal encourageant, susceptible de faciliter la mise en œuvre de la mesure.

Le téléphone ne doit pas être vu comme un monstre qui doit être enlevé aux jeunes, le cell à l'école ce n'est pas une fatalité qui empêche d'apprendre.

Témoignage d'un élève du secondaire.

¹⁵ *Ibid.*, Fédération des comités de parents du Québec, 12 septembre 2024, 12 h.

¹⁶ *Loi sur l'instruction publique*, RLRQ, c. I-13.3, art. 42.

¹⁷ Consultations particulières et auditions publiques sur les impacts des écrans et des réseaux sociaux sur la santé et le développement des jeunes, Association québécoise du personnel de direction d'école, 17 septembre 2024, 15 h 40.

¹⁸ *Ibid.*, Conseil en éducation des Premières Nations, 30 janvier 2025, 9 h 40.

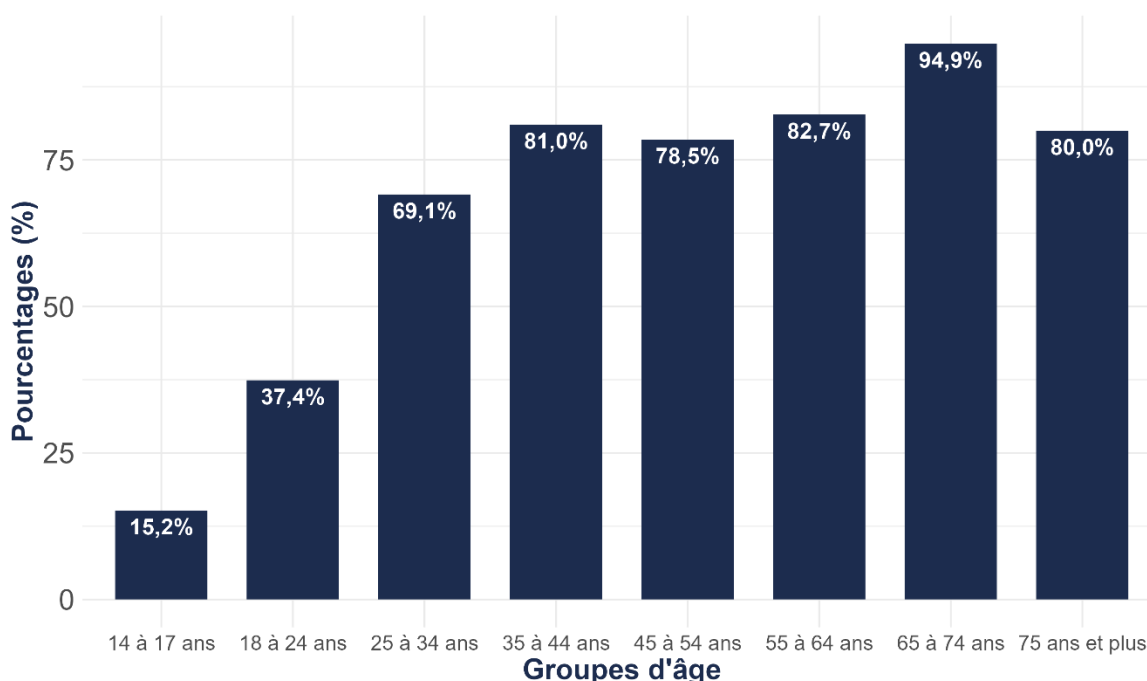
¹⁹ *Ibid.*, Fédération des syndicats de l'enseignement (FSE-CSQ), 17 septembre 2024, 17 h 10.

²⁰ *Ibid.*, Fédération autonome de l'enseignement, 17 septembre 2024, 18 h 10.

²¹ Zacharie Gaudreault, « [Une majorité d'enseignants en faveur de l'interdiction du cellulaire partout à l'école](#) », *Le Devoir*, 11 mars 2025.

Les résultats de la consultation en ligne que la Commission spéciale a menée montrent également un appui considérable pour cette mesure. En effet, 61 % des personnes qui ont répondu au questionnaire considèrent que les cellulaires devraient être interdits dans les écoles, y compris dans les corridors et la cour. On constate cependant d'importantes variations en fonction de l'âge des répondantes et répondants. Les jeunes sont plus réfractaires alors que les adultes sont très largement favorables à la mesure. Parmi les personnes qui ont déclaré être parents, près de quatre personnes sur cinq (78 %) privilégient l'interdiction complète du cellulaire à l'école²². Ces données tendent à montrer que l'interdiction du cellulaire à l'école bénéficie d'une certaine acceptabilité dans la société comme le mentionnait le chercheur Benoit Gauthier en audition²³.

Proportion des personnes en faveur de l'interdiction des cellulaires dans les écoles, y compris dans les corridors et la cour²⁴



Source : Résultats de la consultation en ligne de la CSESJ.

Nous sommes conscients que l'idée d'interdire le téléphone cellulaire à l'école suscite peu d'enthousiasme chez les jeunes de 14 à 17 ans. Cette réticence s'est d'ailleurs manifestée lors de nos rencontres avec des élèves. La majorité d'entre eux nous ont exprimé leur attachement au cellulaire à l'école qu'ils utilisent pour échanger avec leurs amis pendant la pause du dîner, rester en contact avec leurs parents ou simplement se divertir entre deux cours. Bon nombre d'élèves font aussi valoir le caractère pratique de cet appareil. Ils s'en servent pour payer à la cafétéria et pour vérifier l'horaire des autobus. Plusieurs font remarquer que les cellulaires sont devenus incontournables dans leur quotidien scolaire. Ils permettent de consulter son

²² Résultats de la consultation en ligne menée par la Commission spéciale sur les impacts des écrans et des réseaux sociaux sur la santé et le développement des jeunes.

²³ Consultations particulières et auditions publiques sur les impacts des écrans et des réseaux sociaux sur la santé et le développement des jeunes, Benoit Gauthier, 30 janvier 2025, 15 h 50.

²⁴ Ces résultats comprennent les personnes qui se sont dites « plutôt d'accord » et « totalement d'accord » avec la mesure.

horaire, de vérifier les locaux de ses cours et de recevoir des communications de l'école ou concernant leurs activités parascolaires. Il est donc compréhensible que cette mesure soulève des inquiétudes. D'ailleurs, la psychiatre Victoria Dunckley mentionne qu'au moment de l'annonce d'une mesure comme celle-ci, les jeunes expriment généralement une certaine résistance. Elle note cependant qu'une fois mises en place, les jeunes y sont généralement favorables. Ils voient leur anxiété diminuer et éprouvent une forme de soulagement à l'idée de ne plus être constamment exposés aux notifications et aux réseaux sociaux²⁵.

Nous avons par ailleurs été rassurés par les témoignages d'élèves qui fréquentent des établissements où le cellulaire est déjà interdit. À notre grand étonnement, la majorité des jeunes que nous avons rencontrés dans ces écoles ont indiqué apprécier l'interdiction d'utiliser son cellulaire à l'école. Ils mentionnent que cette mesure favorise la socialisation, car les élèves n'ont plus le réflexe d'utiliser leur cellulaire dès qu'ils ont un instant libre. Plusieurs nous ont d'ailleurs dit que cette mesure aide à se faire des amis. Des intervenants et intervenantes scolaires ont aussi mentionné que l'interdiction complète des cellulaires a pour effet de réduire les conflits et la gestion associée à ceux-ci.

Dans une école où cette mesure a été très récemment mise en place, les jeunes qui ont vécu les deux situations nous ont dit avoir constaté une grande différence. Depuis son adoption, les élèves se parlent davantage entre eux et vont plus à l'extérieur. Les couloirs et la cafétéria sont plus animés qu'ils ne l'étaient avant. Les élèves nous ont aussi dit s'être adaptés à la situation assez rapidement. Les jeunes y voient tout de même quelques inconvénients. Plusieurs nous ont dit que sans leur cellulaire, il est plus difficile de retrouver ses amis sur l'heure du dîner ou pendant les pauses. D'autres élèves nous ont dit contourner les règles par exemple en sortant de la cour pour utiliser leur cellulaire ou en allant à la bibliothèque municipale tout près. Malgré tout, les jeunes reconnaissent les bénéfices de l'interdiction du cellulaire à l'école. La plupart des élèves ne voudraient d'ailleurs pas revenir en arrière. Il s'agit à notre avis d'un élément très encourageant qui a inspiré nos délibérations.

De son côté, la Fédération des établissements d'enseignement privés nous a également mentionné que près de 60 % de ses écoles membres ont opté pour l'interdiction du cellulaire à l'école et que la mise en œuvre de cette mesure s'est généralement bien déroulée²⁶.

Au début on trouvait ça plate, mais on s'habitue à cette règle-là et ça devient normal pour nous.

Témoignage d'un élève qui fréquente une école où le cellulaire est interdit.

À la lumière des différents points de vue exposés, nous en arrivons à la conclusion qu'il faut revoir la place des appareils mobiles individuels, en particulier des cellulaires, dans les établissements primaires et secondaires. L'école doit être un lieu de socialisation pour les jeunes, c'est au cœur de sa mission. Or, les

²⁵ *Ibid.*, Victoria Dunckley, 16 septembre 2024, 15 h 20.

²⁶ *Ibid.*, Fédération des établissements d'enseignement privés, 17 septembre 2024, 18 h 40.

témoignages rapportés par les élèves et les membres des équipes-écoles nous montrent que les cellulaires constituent une barrière aux interactions entre élèves. Nous sommes d'avis que l'interdiction des appareils mobiles individuels sur l'ensemble du territoire des établissements scolaires pendant des heures de cours est de nature à favoriser la socialisation des jeunes.

Nous avons pris en compte dans nos délibérations les différents points de vue exprimés par les groupes et les témoins au cours de nos travaux. Les quelques défis soulevés quant à la mise en œuvre d'une directive nationale interdisant le cellulaire à l'école sont pertinents et ont d'ailleurs influencé l'orientation de nos recommandations. Nous sommes d'avis que les modalités d'application de cette mesure doivent être déterminées localement afin de refléter les différentes réalités sur le terrain. C'est pour cette raison qu'il nous apparaît essentiel que les conseils d'établissement, de même que les équipes-écoles, soient pleinement impliqués dans la mise en œuvre de l'interdiction du cellulaire à l'école.

Dans une position minoritaire, le deuxième groupe d'opposition propose de procéder à l'implantation progressive et décentralisée de l'interdiction de l'usage du cellulaire pour le secondaire et d'éviter de mettre en place une directive dès la rentrée scolaire 2025-2026 considérant que les équipes-écoles, les parents et les élèves n'auront pas le temps de se concerter quant aux modalités d'application.

Toutefois,

Recommandation 1

La Commission recommande que le gouvernement du Québec interdise, dès la rentrée scolaire 2025-2026, l'usage des cellulaires, des écouteurs et autres appareils mobiles personnels dans l'ensemble des écoles primaires et secondaires jusqu'à la fin des cours, y compris sur le terrain de l'école, par une directive claire afin d'assurer une mise en œuvre uniforme, sauf lorsque cette utilisation est requise par les modalités d'intervention pédagogique prises par le personnel enseignant, par l'état de santé d'un élève ou par les besoins particuliers d'un élève handicapé ou en difficulté d'adaptation ou d'apprentissage. Les modalités d'application seront établies notamment par les instances prévues par la *Loi sur l'instruction publique* et la *Loi sur l'enseignement privé*, dans les limites de leurs compétences (l'équipe-école, les élèves et les parents).

La Commission recommande également que le ministère de l'Éducation soutienne les établissements scolaires afin de faciliter la mise en application de l'interdiction totale des écrans personnels, notamment en favorisant davantage l'accès à des activités sans écran et en encourageant des initiatives de sensibilisation auprès des élèves.

Les intervenants et intervenantes du milieu scolaire doivent disposer de la souplesse et de la marge de manœuvre nécessaires pour adapter les modalités d'application aux réalités propres à leur milieu. À notre avis, les écoles sont les mieux placées pour déterminer les modalités de mise en œuvre, comme l'endroit où les élèves devront déposer leur téléphone (dans une pochette, au casier ou ailleurs), ainsi que les sanctions à appliquer en cas de non-respect des règles établies. Cette flexibilité laissée aux écoles facilitera la mise en œuvre de la mesure.

À la lumière des témoignages entendus, nous avons confiance que la mesure sera implantée efficacement et de façon concertée avec les différents intervenants et intervenantes scolaires. Le témoignage des jeunes qui fréquentent une école où le cellulaire est déjà interdit nous a d'ailleurs rassurés. De très nombreux jeunes nous ont dit apprécier cette mesure et y voir les bénéfices. Nous sommes conscients qu'à elle seule elle ne règlera pas tous les problèmes. Toutefois, elle s'inscrit dans une approche globale de réduction des effets néfastes et, combinée aux autres recommandations que nous formulerons dans notre rapport final, encouragera un usage plus équilibré des écrans.

BIBLIOGRAPHIE

Loi sur l'instruction publique, RLRQ, c. I-13.3.

Décret 1498-2023 concernant l'approbation de la Directive du ministre de l'Éducation concernant l'utilisation du cellulaire, des écouteurs et d'autres appareils mobiles personnels par les élèves dans les locaux des écoles et des centres de formation professionnelle des centres de services scolaires où sont dispensés des services de l'éducation préscolaire et des services d'enseignement primaire et secondaire, (2023) 155 G.O. II, n° 42, p. 4785-4786.

Gaudreault, Zacharie. « [Une majorité d'enseignants en faveur de l'interdiction du cellulaire partout à l'école](#) », *Le Devoir*, 11 mars 2025.

Généreux, Mélissa. *D'un bouleversement à l'autre : une enquête sur le bien-être des familles québécoises*, 12 mars 2025.

Gouvernement du Québec. [Programme de formation de l'école québécoise](#), Québec, 2006, 15 p.

Tremblay, Tania. [L'utilisation des écrans en contexte scolaire et la santé des jeunes de moins de 25 ans : effets sur la cognition](#), Québec, Institut national de santé publique du Québec, 2023, 58 p.

**COMMISSION SPÉCIALE SUR LES
IMPACTS DES ÉCRANS ET DES
RÉSEAUX SOCIAUX SUR LA
SANTÉ ET LE DÉVELOPPEMENT
DES JEUNES**

Édifice Pamphile-Le May, 3^e étage
1035, rue des Parlementaires
Québec (Québec) G1A 1A3

Téléphone : 418 643-2722

csesj@assnat.qc.ca