



Les Espaces parents du Val-de-Marne

La lettre d'information destinée à tous les acteurs des espaces parents du département



1-30 : Conférence sur l'Intelligence Artificielle

De 19h00 à 21h00

À la Maison des syndicats à Créteil

NOV
20

EDITO - SOPHIE DUBOUDIN Animatrice de la commission éducation

C'est la rentrée ! L'Udaf du Val-de-Marne continue son rôle de coordonnateur des Espaces Parents dans les établissements scolaires, en partenariat avec les réseaux REP/REP+ de l'Éducation Nationale.

Cette année, la commission Éducation - Formation met l'accent sur le numérique et son impact sur l'apprentissage et les métiers de demain. Vous trouverez dans cette lettre le compte rendu du séminaire des Espaces Parents du 6 juin, qui aborde les risques des réseaux sociaux et propose des outils de sensibilisation. En novembre, nous organisons une conférence-débat sur l'intelligence artificielle avec M. Pascal Plantard, professeur spécialisé en numérique et IA. L'organisation de micro-trottoirs dans plusieurs collèges et villes permettra d'introduire la conférence par des témoignages du terrain de tous âges. L'Udaf s'engage à accompagner les familles pour préparer les jeunes aux métiers de demain, parfois encore inconnus ! Nous restons à votre écoute. Bonne rentrée à toutes et tous !

Retour sur les actualités des espaces parents

Le réseau d'éducation prioritaire (REP) de Limeil-Brévannes a débuté l'année le 10 septembre avec un événement centré sur la co-éducation au bon usage des écrans, en partenariat avec la CNIL. Deux intervenantes de la CNIL ont animé des ateliers de sensibilisation aux risques d'internet pour les élèves de 6e du collège Janusz Korczak.

Cet événement a réuni plus d'une centaine de parents d'élèves des écoles locales, avec pour objectif de leur présenter les "cyberreflexes" pour protéger leurs données

personnelles. Le café des parents de ce réseau, vise à impliquer davantage les parents pour en faire des partenaires pour encourager un usage équilibré et réfléchi des écrans chez les jeunes. Un modèle inspirant pour d'autres espaces parents !



Retour sur le séminaire des Espaces Parents

Le 6 juin 2024, l'Udaf du Val-de-Marne a organisé son 6e séminaire des Espaces Parents, réunissant un réseau de coordonnateurs REP et REP+, des associations de parents d'élèves, des représentants du conseil départemental, et d'autres acteurs clés du domaine éducatif. L'objectif principal était de discuter des enjeux numériques actuels, particulièrement ceux liés à la protection des données et à l'usage des écrans chez les jeunes.



Carina Chatain, responsable de l'éducation au numérique à la CNIL, a ouvert la journée en présentant les enjeux de la protection des données personnelles, soulignant les risques auxquels sont exposés les jeunes sur les réseaux sociaux et Internet. Elle a expliqué le rôle de la CNIL, son historique, et les missions de l'organisation, en détaillant les réglementations comme le RGPD. Carina a également donné des conseils pratiques pour protéger les données des jeunes, notamment face à la collecte de données par les GAFAM pour des fins publicitaires.

Olivier Gérard, coordinateur à l'Unaf et à Pédagojeux, a ensuite abordé l'impact des écrans et des jeux vidéo sur les jeunes, en analysant leur utilisation croissante de plateformes comme TikTok et des jeux vidéo en ligne. Il a discuté des conséquences sur la santé phy-

sique et mentale, ainsi que des enjeux de dépendance et de cyberharcèlement. Olivier a souligné l'importance d'une approche éducative, axée sur le dialogue et la mise en place de bonnes pratiques familiales, pour accompagner les parents souvent démunis face à ces enjeux.

Le séminaire s'est conclu par la distribution de matériel pédagogique et de ressources, destinées à aider les participants à mieux comprendre et gérer les défis numériques dans leur quotidien professionnel et familial. Ces outils visent à promouvoir un usage responsable et sécurisé des technologies numériques parmi les jeunes.

Zoom sur une information nationale

La circulaire de rentrée 2024, intitulée "Ne laisser aucun élève au bord du chemin", met l'accent sur la cohésion sociale à travers l'École. Les priorités sont : renforcer l'ascenseur social en améliorant les compétences des élèves, particulièrement en français et en mathématiques ; adapter l'enseignement aux besoins individuels avec des groupes de soutien ; et encourager une culture numérique responsable, tout en limitant l'usage des écrans à l'école. Des expérimentations sont prévues pour intégrer l'intelligence artificielle dans les pratiques pédagogiques et pour promouvoir l'inclusion scolaire. Pour plus de détails, consultez [la circulaire complète](#).

L'annuaire des partenaires



[Startup For Kids](#), fondée en 2015, vise à réduire les inégalités sociales et de genre tout en préparant les jeunes de 6 à 20 ans aux métiers de demain.

Elle propose des parcours éducatifs en présentiel et à distance pour développer la créativité, l'acculturation technologique, et la compréhension des enjeux climatiques et sociétaux. Ses initiatives incluent des ateliers, hackathons, cours de code et rencontres avec des professionnels pour éveiller les jeunes aux compétences du futur.

Soutenue par le ministère de l'Éducation nationale, la startup travaille avec un réseau de 400 partenaires privés.

Depuis sa création, elle a impacté plus de 60 000 personnes, animé près de 500 classes, et organisé plus de 20 000 ateliers. Son programme Change Mak'Her a notamment permis à 250 jeunes filles de s'initier aux métiers de la tech. Tous les événements sont gratuits, inclusifs et visent à promouvoir l'égalité des chances et la diversité.

Pour plus d'informations, vous pouvez consulter leur [site officiel](#).



Les effets des écrans sur le sommeil des adolescents

L'article "Sommeil de l'adolescent : quelles particularités ?" sur Ameli.fr du 28 février 2024 nous explique que le sommeil des adolescents est souvent perturbé, influencé par la maturation cérébrale et les écrans.

À l'adolescence, le sommeil devient plus léger avec une réduction du sommeil profond, en raison des changements hormonaux de la puberté. Les adolescents ont besoin de 9 heures de sommeil par nuit pour être en forme, mais cette durée diminue à 8 heures à partir de 18 ans. L'horloge interne des adolescents se décale naturellement, les rendant plus enclins à être "couche-tard" et "lève-tard", un phénomène souvent aggravé par l'utilisation des écrans, la consommation de stimulants et les activités nocturnes.

L'usage des écrans retarde l'endormissement en bloquant la sécrétion de mélatonine et en stimulant le cerveau. Les adolescents en manque de sommeil présentent des troubles de l'attention, de l'humeur, de la concentration et sont plus irritables. Une enquête de 2020 du Réseau Morphée indique que près de 18 % des adolescents sont insomniaques et 27

% utilisent les écrans la nuit, affectant leur qualité de sommeil. L'organisation recommande donc de limiter autant que possible l'utilisation des appareils électroniques une heure avant le coucher pour améliorer la qualité du sommeil des jeunes.

Agenda des rencontres

Nous avons le plaisir de vous rappeler notre conférence sur l'Intelligence Artificielle, en collaboration avec M. Pascal Plantard, qui se tiendra **le 20 novembre 2024, de 19h à 21h à la Maison des syndicats au 13 Rue des Archives, 94000 Créteil**. Cet événement vise à sensibiliser le grand public, en particulier les jeunes et leurs familles, aux enjeux de l'intelligence artificielle. Ne manquez pas cette occasion unique de comprendre comment l'IA transforme notre quotidien et de participer à une discussion qui façonnera l'avenir de nos jeunes.



Inscription



Questionnaire



Pascal Plantard site web

Contact

Directeur de publication : Sophie Duboudin
Comité de rédaction : Commission éducation formation,
 Elisa Del Nero, **Octobre 2024**

Service Vie Associative
 vieassociative@udaf94.fr - 01.45.10.32.78
 Udaf du Val-de-Marne - 4a boulevard de la gare
 Boissy-Saint-Léger - 94470
 www.udaf94.fr