



Promotion santé Valais  
Gesundheitsförderung Wallis



## éducation numérique

**Pour une éducation numérique responsable**

*Ces fiches accompagnent la vidéo « Éducation numérique 8-12 ans » et peuvent être utilisées en classe pour engager une discussion avec les élèves. Associées à la vidéo, elles constituent une base pour échanger sur les expériences personnelles liées à l'utilisation des médias numériques.*



Ton prénom : \_\_\_\_\_

DE 8 À  12 ANS



## Quels sont tes loisirs ?

---

---

Tes copains  
et tes loisirs

ont une grande  
place dans ta vie.



## Qu'est-ce que tu aimes faire quand tu vois tes amis ?

---

---



Tu veux être  
comme les autres,

mais qu'on  
te remarque.

**Comment tu te différencies de tes amis ?**

---

---



Tu prends conscience  
de l'impact

de tes actes  
et de tes mots

sur les autres.

As-tu déjà fait quelque chose qui a blessé quelqu'un ?

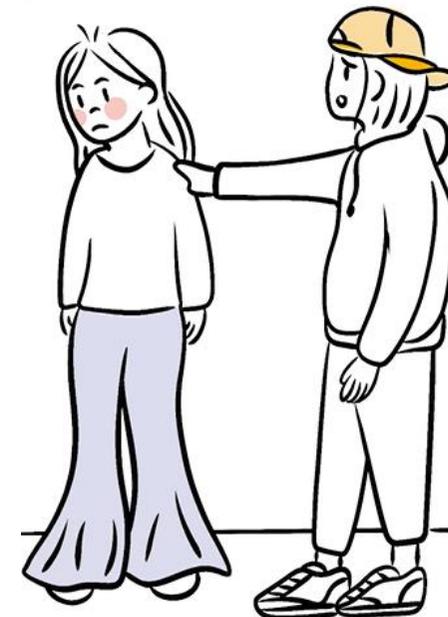
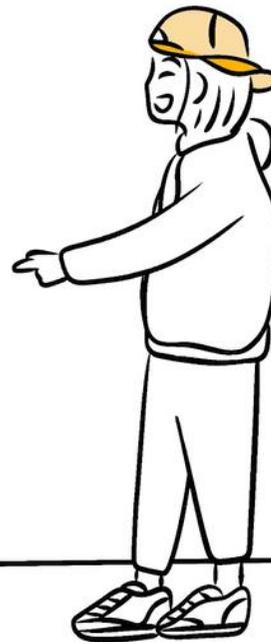
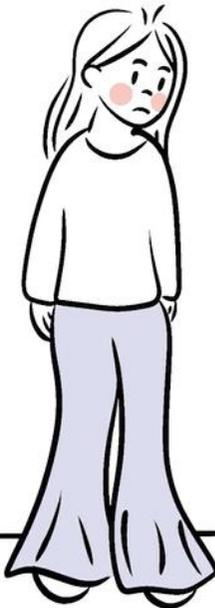
Oui

Non

Comment t'es-tu senti ?

---

---





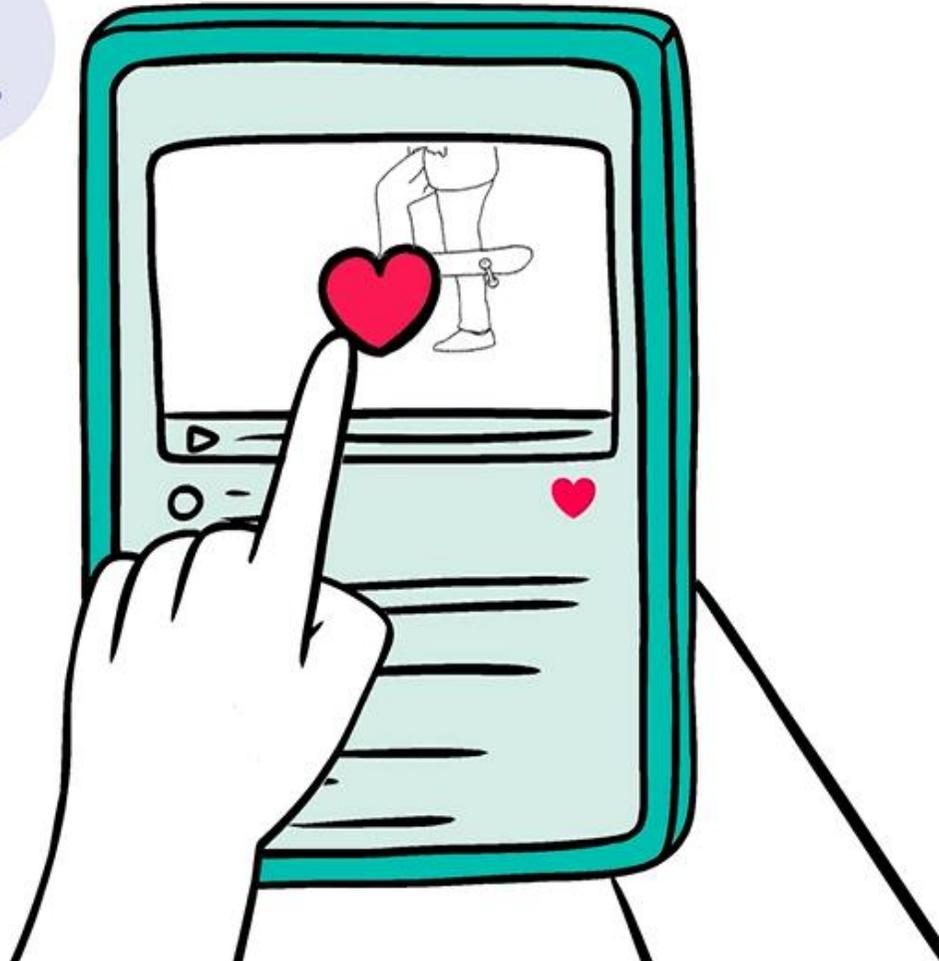


Qu'aimes-tu faire sur les écrans ?

---

---

**Tu es actif  
sur les écrans.**





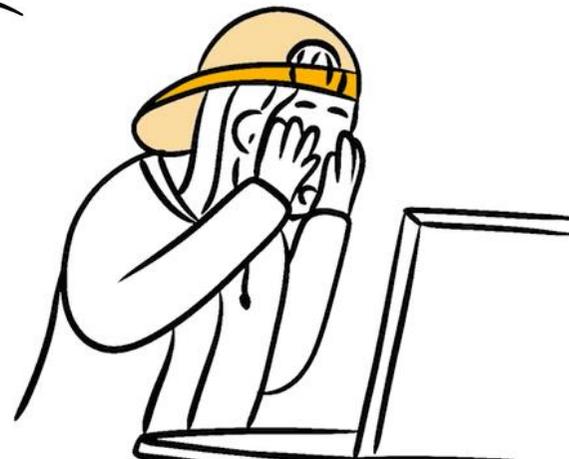
## Que fais-tu quand tu vois quelque chose qui te choque sur ton écran ?

---

---



Tu n'arrives pas toujours à garder le contrôle.





## Quelles sont les choses positives que les écrans te permettent de faire ?

---

---

---

---

En développant ton esprit critique,

tu apprends à reconnaître

les opportunités et les risques.



## Quels sont les risques qui sont liés à l'utilisation des écrans ?

---

---

---

---

---

---

---

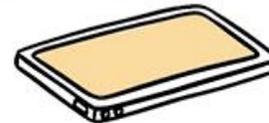


## Recommandations

Respecte les âges recommandés.  
**Ils te protègent.**



Et toi, respectes-tu les âges recommandés  
qui sont là pour te protéger ?



Oui

Non



## Recommandations

Les adultes sont là pour toi.  
Parle avec eux de  
**tes expériences sur les  
écrans et de ton ressenti.**



**Avec quels adultes parles-tu de ton  
expérience sur les écrans ?**

---

---



## Recommandations

Écoute les conseils  
et suis les règles.  
Tu es maintenant  
**responsable de tes  
actes.**



**Internet est aussi régi par des règles et des lois. Les enfants et les adolescents peuvent être coupables d'infractions, comme les adultes.**



Promotion santé Valais  
Gesundheitsförderung Wallis

Pour des trucs et astuces au quotidien :  
**[educationnumeriquevalais.ch](http://educationnumeriquevalais.ch)**





**Promotion santé Valais  
Gesundheitsförderung Wallis**



**éducation  
numérique**



**Promotion santé Valais  
Gesundheitsförderung Wallis**



**CANTON DU VALAIS  
KANTON WALLIS**