



---

# ASSEMBLÉE NATIONALE

29<sup>ème</sup> édition du Parlement des enfants

## PROPOSITION DE LOI

*visant à protéger les jeunes contre les dangers des réseaux sociaux numériques en leur laissant le temps de développer des réseaux sociaux réels et de se former aux usages du numérique,*

présentée par

la classe de CM1-CM2 de l'école publique de Trégonneau,

Adresse de l'établissement : RPI Squiffiec-Trégonneau, 11 Place du Bourg 22200 TREGONNEAU

Académie : Rennes

Circonscription : Guingamp Nord

Députée : Murielle Lepvraud

## EXPOSÉ DES MOTIFS

Mesdames, Messieurs,

L'utilisation des réseaux sociaux inquiète les adultes et les jeunes eux-mêmes.

Malgré le Règlement européen sur les services numériques (Digital Service Act), applicable depuis février 2024, les dangers des réseaux sociaux font la une des journaux : addiction, insomnie, cyberharcèlement, dépression, phobie scolaire... Nous souhaitons proposer des mesures applicables pour lutter contre ces dangers.

Certains pays comme l'Australie ont décidé d'interdire l'accès aux plus jeunes, mais on voit déjà que les jeunes arrivent à contourner cette interdiction.

Enfants, pré-adolescents, adolescents, nous voyons nos frères et sœurs, nos parents, nos grands-parents utiliser les écrans en permanence pour consulter les réseaux sociaux numériques. Même si c'est interdit, nous aussi sommes déjà utilisateurs. Ces réseaux permettent de nous occuper facilement : vidéo, musique, *chat*, jeux en ligne... Les notifications nous envahissent. Comme les adultes, nous scrollons pour passer le temps...

Dans son étude intitulée « Sécuriser les usages des réseaux sociaux pour protéger la santé des adolescents » et publiée le 13/01/2026, l'Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail (ANSES) recommande de : « réguler et sécuriser l'environnement numérique, développer l'éducation aux médias, renforcer la prévention des effets de santé et soutenir la recherche. »

Pour mieux comprendre les dangers de l'utilisation des réseaux sociaux numériques, nous avons mené des auditions : médecin, psychologue, adolescents sont venus répondre à nos questions.

Mesdames, Messieurs, notre objectif en proposant les mesures qui suivent se résume dans cette phrase simple prononcée par un élève au cours de nos débats : *Il faut reprendre le contrôle pour être heureux, car les écrans nous éloignent de la vie réelle.*

\*

\*

\*

## **Article 1<sup>er</sup>**

La reconquête du temps d'attention devient Grande Cause Nationale. Les lieux d'apprentissage sont sanctuarisés. *Par défaut*, écoles, collèges et lycées interdisent l'usage du smartphone sur le temps de service. Les établissements qui ne souhaitent pas appliquer cette disposition doivent modifier leur règlement intérieur.

## **Article 2**

Comme pour d'autres enjeux de santé publique, l'État doit informer la population des dangers des réseaux sociaux numériques, et encourager les parents à repousser l'achat du 1<sup>er</sup> smartphone. Ces années gagnées permettent de laisser aux jeunes le temps de développer leurs capacités d'apprentissage sur un temps long, et d'être formés aux usages du numérique. Cette campagne d'information permanente repose sur l'implication des ministères de la Santé, de l'Éducation Nationale, de la Jeunesse et des Sports.

## **Article 3**

*Par défaut*, tout smartphone destiné aux mineurs doit être paramétré pour rendre difficile l'accès aux réseaux sociaux numériques : écran noir et blanc, pas de notifications, limitation du scrolling, ajout d'application bloqué.

## **Article 4**

Afin de permettre aux jeunes de développer des réseaux sociaux *réels* garants du bien-être, l'accès aux activités artistiques, culturelles et sportives doit être garanti pour toutes et tous sur l'ensemble du territoire national.