

# Info-parents



Rédigé par les intervenants du Centre d'intervention familiale le Transit.  
parce que nous travaillons **pour et avec les familles.**

## LA LIMITE D'ÂGE POUR LES APPLICATIONS

Dans le cadre du mois de la prévention des dépendances, nous avons choisi d'aborder un thème d'actualité : **L'HYPERCONNECTIVITÉ.**

Est-ce que votre enfant entre 6 et 11 ans vous a déjà demandé d'avoir son propre cellulaire ? Malgré le fait d'avoir été informés des risques d'exposer des enfants trop jeunes à l'écran, nous oublions à quel point ceux-ci peuvent devenir insistants : *"Tous mes amis en ont, je te jure que je saurais m'en servir, c'est juste pour faire des jeux..."*.

Le choix de donner accès à un cellulaire ou une tablette à son enfant est libre à chacun des parents. Néanmoins, nous avons un devoir d'encadrement, car toutes les applications ne sont pas accessibles à tout âge.

Pour votre information, vous trouverez à votre droite un petit rappel des âges recommandés pour quelques applications populaires : la plupart des applications de réseaux sociaux sont accessibles seulement à partir de 13 ans tels que FACEBOOK, TIKTOK, INSTAGRAM, PINTEREST, SNAPCHAT. Par contre, il est très facile de contourner cette obligation (en mentant sur son âge ou en utilisant le compte déjà existant d'un adulte).

Si votre enfant a déjà accès à ces applications, rien n'est perdu! **Comme parent, nous avons le pouvoir de nous réajuster dans nos interventions et cela à n'importe quel moment.** Il est toujours possible de s'informer au préalable, de se rasseoir avec notre enfant, de partager votre point de vue et de poser des limites claires.

**Voilà de quoi renforcer vos limites comme parent sans vous culpabiliser ! À vous de jouer !**

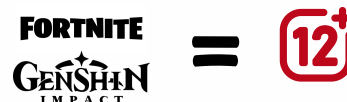
**DANS LE PRÉSENT NUMÉRO :**

LA BIENVEILLANCE NUMÉRIQUE- 2

COIN LECTURE ET À MON AGENDA -3



=



# LA BIENVEILLANCE NUMÉRIQUE



En plus d'être le mois de la prévention des dépendances, le mois de novembre met à l'honneur la gentillesse et la bienveillance.

Au CIF LE TRANSIT, nous souhaitons en profiter pour souligner l'importance de la bienveillance sur les réseaux sociaux. Avez-vous déjà pris part à une chicane enflammée sur les réseaux sociaux ou en avez vous été témoins? Que ce soit sous une recette de pain ou suite à un "spotted"? Si oui, alors nous vous invitons à visionner cette petite vidéo humoristique de Catherine Ethier.

*Un acte de gentillesse, même petit,  
n'est jamais perdu*

ESOPE

## MON COIN LECTURE



### LE PETIT LIVRE DE LA BIENVEILLANCE

**FRANCOISE DORN**

Disputes, tensions, agressivité... notre quotidien est souvent sujet à la violence et au stress. Comment rester serein et s'épanouir dans ce climat négatif ? Grâce à la bienveillance! Cette valeur qui nous porte à désirer le bonheur d'autrui (mais aussi le nôtre), n'est pas innée : il s'agit d'une façon d'être qui s'apprend. Ce petit livre vous donne toutes les clés pour voir le meilleur en chacun et être bienveillant au quotidien grâce à des outils pratiques tels que l'optimisme, la compassion, la Communication Non Violente ou l'empathie.

# À MON AGENDA



**29 NOV 2023** : **Café-rencontre sur L'HYPERCONNECTIVITÉ** pour les parents d'enfants de 6 à 25 ans qui se questionnent sur les réseaux sociaux, les jeux vidéos et les paramètres- Formule 5 à 7 avec bouchées et prix de présence. De 18h à 20h à la salle Marguerite-Tellier. **[Cliquez ici pour vous inscrire.](#)**



## À SURVEILLER:

Activité familiale de Noël à venir au Transit



### Nous joindre

2469 St-Dominique, Jonquière,  
G7X 6K4



[info@cifletransit.org](mailto:info@cifletransit.org)



[www.cifletransit.org](http://www.cifletransit.org)



[@CentreLeTransit](https://www.facebook.com/CentreLeTransit)

