

...la proposition de loi visant à

PROTÉGER LES JEUNES DE L'EXPOSITION EXCESSIVE ET PRÉCOCE AUX ÉCRANS ET DES MÉFAITS DES RÉSEAUX SOCIAUX

La commission de la culture, de l'éducation, de la communication et du sport a adopté, le 10 décembre 2025, son texte sur la *proposition de loi visant à protéger les jeunes de l'exposition excessive et précoce aux écrans et des méfaits des réseaux sociaux*.

Les écrans et les appareils connectés font désormais partie du quotidien. Toutefois, l'exposition abusive et souvent non raisonnée des enfants aux écrans et aux contenus inappropriés entraîne des **effets délétères sur leur développement, leurs apprentissages et leur santé**. La résolution européenne adoptée par le Sénat le 8 aout 2025 à l'initiative de l'auteure de la présente proposition de loi appelait l'Union européenne à mieux protéger les mineurs dans l'espace numérique, évoquant notamment la nécessité de définir un **âge minimal d'accès aux réseaux sociaux**. Cette proposition de loi déposée le même jour que la résolution afin d'avoir une approche systémique de cette problématique vise à :

- former l'ensemble des professionnels de la petite enfance et des personnels de l'éducation nationale sur les conséquences d'une telle exposition ;
- diffuser des messages de prévention sur les emballages de tous les appareils connectés et dans les publicités les concernant ;
- réglementer l'usage de ces appareils dans les établissements de la petite enfance ;
- définir avec l'ensemble des acteurs la vie de l'établissement à l'heure du numérique via les projets d'école et d'établissement à partir desquels sera élaboré le règlement intérieur qui encadre les conditions d'utilisation des appareils connectés. Ils devront également prévoir des actions de prévention et de sensibilisation ainsi qu'une réflexion sur les alternatives attractives pour le bien-être de l'enfant ;
- construire une stratégie commune rassemblant l'ensemble des acteurs intervenant sur tous les temps de l'enfant, y compris le périscolaire ;
- instaurer une grande campagne de prévention et de sensibilisation aux risques de cette exposition (temps d'écran et méfaits des réseaux sociaux), réalisée conjointement par l'Autorité de régulation de la communication audiovisuelle et numérique (Arcom), la Commission nationale de l'informatique et des libertés (Cnil) ainsi que les ministères chargés de l'éducation, de la santé et du numérique.

Sur proposition de la rapporteure, la commission a adopté 10 amendements visant à **préciser** les types d'appareils numériques concernés, à **élargir** le champ des établissements de la petite enfance auxquels s'applique ce texte et à associer à cette démarche les **établissements scolaires privés sous contrat** afin de renforcer l'accompagnement et la protection du plus grand nombre d'enfants.

Enfin, il lui a semblé important d'ajouter à la notion de prévention des risques celle **d'accompagnement à un usage raisonnable des écrans** et de prévoir que les messages diffusés incluent et valorisent des **alternatives aux écrans**.

1. UN USAGE ABUSIF DES ÉCRANS ET DES CONTENUS INAPPROPRIÉS ET DANGEREUX AYANT DES CONSÉQUENCES DÉLÉTÈRES POUR LES PLUS JEUNES

A. DES EFFETS MULTIPLES ET DOCUMENTÉS

Depuis une quinzaine d'années, l'exposition des enfants et adolescents aux écrans, plateformes numériques et réseaux sociaux suscite l'inquiétude des parents et des experts (médecins, psychologues, orthophonistes, chercheurs en neuroscience).



Les professionnels de la petite enfance et les personnels de l'éducation nationale constatent également les effets négatifs d'un usage abusif de ces nouveaux outils reposant sur des interfaces et des systèmes algorithmiques dont **le caractère addictif n'est pas accessoire mais bien intentionnel et essentiel**.

Outre que l'usage abusif des écrans diminue les occasions pour les jeunes enfants d'avoir des interactions et des contacts directs avec leur entourage, d'avoir des activités de plein air, sportives ou culturelles (lecture), conditions nécessaires à leur développement, **les risques associés à l'abus des écrans interactifs sont de mieux en mieux cernés par les recherches scientifiques**.

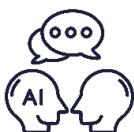


Extrait de la campagne 2024 de l'Arcom

Celles-ci pointent en particulier les effets sur le **sommeil**, qui suffisent à eux seuls à expliquer une bonne partie des troubles observés, mais aussi les **difficultés d'attention** ou des **retards d'acquisition du langage**. L'abus d'écrans joue également un rôle dans la progression de la prévalence de la **myopie**, ainsi que du **surpoids** et de l'**obésité**, corrélés avec la sédentarité et l'exposition à des publicités alimentaires. Le **phénomène de « technoférence »** est enfin de plus en plus mis en lumière, déstructurant la relation entre les parents et leurs enfants, surtout les plus jeunes.

Des facteurs socio-économiques et familiaux entrent également en compte : le milieu social, le niveau d'études des parents et la composition familiale influencent le temps passé devant les écrans. Par ailleurs, alors que certaines entreprises lancent des produits, dispositifs et contenus « éducatifs » dont elles prétendent qu'ils peuvent contribuer au développement des fonctions cognitives à un âge précoce (avant 3 ans), la recherche ne corrobore pas ce genre d'affirmations.

Enfin, outre les effets sanitaires, les mineurs peuvent également être confrontés à **des contenus inadaptés à leur âge – dégradants, violents, haineux, pornographiques ou illicites** – susceptibles de perturber leur développement affectif, social et sexuel, sans même évoquer la **désinformation** qui affecte la formation de l'opinion des adolescents. Ils sont également exposés au cyberharcèlement, et peuvent entrer en contact avec des personnes mal intentionnées qui mettent à profit les possibilités de dissimulation offertes par les réseaux sociaux.



De plus, de nouveaux risques émergent, **liés à l'utilisation des intelligences artificielles** par les enfants et les adolescents, comme compagnons intelligents par exemple, avec des effets psychologiques encore mal évolués mais qui ont d'ores et déjà, dans plusieurs cas, conduit à des conséquences tragiques.

B. UNE SENSIBILISATION ET UNE FORMATION INSUFFISANTE DES DIFFÉRENTS ACTEURS

En 2018, dans le rapport « *Prendre en main notre destin numérique : l'urgence de la formation* », l'auteure de la présente proposition de loi insistait déjà sur la nécessité « *d'apprendre à se servir des écrans et d'apprendre à s'en passer* », pointant ainsi **l'indispensable formation de l'ensemble des acteurs confrontés au développement du numérique**.

Le rapport « *Enfants et écrans, À la recherche du temps perdu* »¹, montre également que la problématique du numérique est prégnante dans le champ de la petite enfance. Il souligne que « *si dans les crèches², l'exposition aux écrans paraît plutôt maîtrisée, la question de l'usage des écrans en interférence à la relation aux enfants paraît plus problématique chez les assistantes maternelles*

¹ *Enfants et écrans, À la recherche du temps perdu, commission présidée par Servane Mouton et Amine Benyamina, 2024, rapport demandé par le Président de la République.*

² Un arrêté du 2 juillet 2025 a modifié la charte nationale pour l'accueil du jeune enfant. Il est désormais interdit d'exposer les enfants de moins de 3 ans aux écrans, notamment dans les crèches, les haltes-garderies ou les lieux d'accueil proposés par les assistantes maternelles.

ou les « nounous ». Devant ce phénomène, les parents se déclarent souvent démunis et les éducateurs impuissants à intervenir efficacement. »

2. UN CADRE LÉGISLATIF ÉVOLUTIF ET INABOUTI

A. LES TRAVAUX PRÉCURSEURS DU SÉNAT

En 2018, à la suite de l'adoption du rapport d'information précité, le Sénat adoptait une proposition de loi visant à lutter contre l'exposition précoce des enfants aux écrans¹.

Dans le même esprit, l'auteure de la présente proposition de loi cosignait en 2021, avec Florence Blatrix Contat, le rapport de la commission des affaires européennes « *Amplifier la législation européenne sur les services numériques (RSN/DSA) pour sécuriser l'environnement en ligne* » qui a permis d'exprimer clairement la position du Sénat sur le RSN, appelant notamment à une interdiction totale de la publicité ciblée pour les enfants, à davantage de « sécurité par conception » (« safety by design ») et à une transparence et redevabilité accrues des plateformes.

L'auteure est également à l'origine d'une **résolution européenne du 8 août 2025** demandant le lancement d'une enquête à l'échelle de l'UE sur l'incidence du temps d'écran excessif et des réseaux sociaux sur la **santé mentale** des jeunes, la **fixation d'un âge minimal d'accès aux réseaux sociaux**, ainsi que, si nécessaire, l'application de mesures coercitives à l'encontre des grandes plateformes. Cette résolution encourage également les politiques publiques nationales visant à la **formation** de l'ensemble de la société (parents, enseignants, enfants) sur les dangers et opportunités du numérique.

Enfin, les rapports du Sénat « *Porno : l'enfer du décor* » (2022) et, issu d'une commission d'enquête, « *La tactique TikTok : opacité, addiction et ombres chinoises* » (2023), ont confirmé l'effet néfaste des plateformes sur la santé psychique et physique des jeunes.

B. DES INITIATIVES EUROPÉENNES EN COURS D'APPLICATION

Si le règlement général sur la protection des données (RGPD) de 2018 a introduit une protection spécifique des données des mineurs, le **règlement sur les services numériques (RSN)**, entré **en pleine application en février 2024**, est la principale norme imposant des obligations de diligence aux plateformes en ligne en matière de protection des mineurs². Il prévoit en particulier l'interdiction du profilage des mineurs à des fins publicitaires, la protection des mineurs « par conception », ainsi que l'obligation pour les « Très Grandes Plateformes » et les moteurs de recherche, d'évaluer les risques systémiques liés à la conception de leurs services.

En cas d'infraction, le RSN prévoit des sanctions lourdes pouvant aller jusqu'à 6 % du chiffre d'affaires mondial des plateformes³. Pour concrétiser les obligations générales du RSN, la Commission a en outre publié à l'été 2025 **des lignes directrices spécifiques pour aider les plateformes à appliquer l'article 28 relatif à la protection des mineurs**.

C. UNE LÉGISLATION FRANÇAISE COMPLÉMENTAIRE

1. Une limitation de l'accès des jeunes aux sites inappropriés



La loi n° 2022-300 du mercredi 2 mars 2022 visant à renforcer le contrôle parental sur les moyens d'accès à internet oblige les fabricants d'appareils connectés à installer un dispositif de contrôle parental et à proposer son activation lors de la première mise en service.

En outre, le Parlement a adopté la **loi du 7 juillet 2023 visant à instaurer une majorité numérique et à lutter contre la haine en ligne, dite « loi Marcangeli »**, imposant notamment

¹ Ce texte n'a cependant jamais été inscrit à l'ordre du jour de l'Assemblée nationale.

² Article 28 du RSN.

³ La Commission européenne a ainsi ouvert des procédures d'enquête contre Meta, Facebook et Instagram ou certains sites pornographiques pour évaluer la conformité de leurs mesures de protection des mineurs avec le DSA.

la vérification systématique de l'âge de l'utilisateur et le recueil du consentement parental pour les moins de 15 ans.

Toutefois, la France ayant notifié le projet de loi à la Commission européenne, l'exécutif européen a considéré que le texte imposait des obligations techniques susceptibles d'affecter le marché intérieur et plaidé pour une solution harmonisée au niveau communautaire. **Le décret fixant la date d'entrée en vigueur de la loi n'a donc jamais été pris.**

Enfin, la loi « *Sécuriser et réguler l'espace numérique* » (2024) a imposé aux plateformes et aux sites qui diffusent des contenus pornographiques en ligne **l'obligation d'instaurer un système de vérification de l'âge de leurs utilisateurs afin de s'assurer que les mineurs n'y aient pas accès**, sous le contrôle de l'Arcom, qui peut ordonner le blocage de ces sites par les fournisseurs d'accès à Internet (FAI) s'ils ne mettent pas en place un tel dispositif de vérification d'âge.

La loi inclut également des dispositions visant à renforcer les actions **de prévention du harcèlement** dans les établissements scolaires, et des éléments de sensibilisation dans la formation initiale et continue de leurs personnels.

La question complexe de la fixation d'un âge minimal d'accès aux réseaux sociaux

Outre les distorsions de marché, la deuxième difficulté identifiée par la Commission européenne relativement à la loi « Marcangeli » tenait au fait **qu'aucune technologie de vérification d'âge n'était alors suffisamment fiable, interopérable au niveau européen et pleinement conforme au RGPD**.

Cette opposition de la Commission européenne a toutefois évolué à partir de l'été 2025, sous l'effet de deux facteurs :

- en juin 2025, la Commission a publié **des lignes directrices détaillées** sur l'application de l'article 28 du DSA relatif à la protection des enfants. Pour la première fois, l'UE a clarifié ce qu'elle attendait des plateformes en matière de réduction des risques pour les mineurs, ouvrant **la voie à des mesures nationales plus strictes**, dès lors qu'elles restaient proportionnées ;
- un second facteur important a été la présentation, en juillet 2025, d'un **prototype européen de vérification d'âge**, développé dans un consortium associant la Commission et plusieurs États pilotes (France, Danemark, Italie, Grèce, Espagne). Ce prototype répond à des exigences longtemps considérées incompatibles : fiabilité ; minimisation des données ; interopérabilité. Les travaux s'appuient sur les recherches du « European Digital Identity Wallet ».

Certains pays ont déjà pris des initiatives dans ce domaine : l'Australie et, au sein de l'UE, le Danemark, ont annoncé aller vers une interdiction de l'accès aux réseaux sociaux aux enfants de moins de 16 ans ou de 15 ans.

Le Sénat, compte tenu de l'ouverture faite par la commission européenne à l'été 2025, s'est également exprimé, à travers la résolution européenne du 8 août 2025, en faveur de l'instauration, d'une telle majorité numérique pour l'accès aux réseaux sociaux.

2. L'interdiction des portables à l'école et au collège



La loi n° 2018-698 du 3 août 2018, qui modifie l'article L. 511-5 du code de l'éducation, **prévoit que l'utilisation des téléphones portables et de tout autre équipement terminal de communications électroniques est interdite aux élèves dans les écoles maternelles, les écoles primaires et les collèges**, ainsi que lors des activités se déroulant à l'extérieur de l'établissement (sorties scolaires, voyages, etc.) liées à l'enseignement.

Le règlement intérieur de l'établissement doit préciser les modalités de mise en œuvre de cette interdiction, notamment les exceptions et les sanctions ainsi que la confiscation de l'appareil en cas de non-respect de l'interdiction d'utilisation. Cette interdiction peut être levée dans certains cas, pour un motif de santé ou de handicap, ainsi que pour une utilisation par l'enseignant à des fins pédagogiques ou dans des circonstances spécifiquement définies par le règlement intérieur de l'établissement.

Par ailleurs, à la rentrée de septembre 2025, le gouvernement a annoncé la généralisation progressive du dispositif « *Portable en pause* » (ou « *pause numérique* ») dans l'ensemble des collèges, visant à s'assurer que les téléphones sont neutralisés (éteints et rangés dans des dispositifs comme des pochettes ou des casiers) pendant le temps scolaire. Toutefois, la mise en œuvre effective de cette action dépend en réalité des conseils départementaux, compétents pour l'achat des équipements nécessaires. Départements de France souligne qu'un accord a été trouvé avec le ministère de l'éducation nationale reposant sur trois points : aucune obligation de financement pour les départements, nécessité d'une demande du chef d'établissement, pas de généralisation totale à l'ensemble des établissements. Environ 200 à 250 collèges publics sur les 5 200 ont équipé leurs élèves de pochettes individuelles « anti-ondes ».

3. LES MESURES DE LA PROPOSITION DE LOI

La présente proposition de loi comporte deux volets destinés à compléter la législation relative aux risques, pour les enfants et les adolescents, d'une utilisation non raisonnée des écrans.

A. UN VOLET SANITAIRE POUR UNE PRÉVENTION ET UNE FORMATION SYSTÉMATIQUES AUX ÉCRANS ET AUX CONTENUS INAPPROPRIÉS

Les trois premiers articles du texte, qui forment son **volet sanitaire**, visent à accroître les obligations de formation, d'information et de sensibilisation aux risques liés à une « *exposition excessive* » aux écrans numériques chez les enfants.

L'**article 1^{er}** instaure une formation des professionnels de santé et du secteur médico-social ainsi que des professionnels de la petite enfance aux risques associés à ces différents degrés d'exposition. En effet, ces professionnels sont au contact des enfants à un âge où les effets de cette exposition sont les mieux documentés, et où rien ne peut remplacer les interactions quotidiennes avec les adultes. **Or les professionnels sont actuellement insuffisamment formés à ces enjeux.** Il n'existe pas de référentiel commun, de directives générales ou de guide de bonnes pratiques qui leur permettraient d'élaborer une réponse informée aux interrogations des parents ou d'être soutenus lorsqu'ils doivent prendre en charge des troubles psychologiques qui pourraient en partie être liés à un usage excessif des écrans.

Cet **article 1^{er}** vise également à **inscrire des messages de prévention relatifs aux risques de cette exposition des enfants sur les emballages** de téléphones portables, d'ordinateurs, de tablettes et autres objets connectés mais aussi à insérer des messages de prévention **dans les publicités**, hors messages radiodiffusés, pour ces mêmes produits. Il s'agit ici de mettre en œuvre une mesure comparable à celle qui existe déjà, avec, selon les études, un certain succès, pour les boissons avec ajout de sucres, de sel ou d'édulcorants de synthèse et les produits alimentaires manufacturés¹, dans une même logique de sensibilisation et de prévention. **Il s'agit en réalité de déplacer une partie de la responsabilité sur les acteurs qui proposent parfois un modèle numérique déléterie aux enfants.**

Le même **article 1^{er}** impose enfin aux règlements intérieurs **des établissements accueillant des enfants de moins de six ans** (crèches, haltes-garderies, jardins d'enfants et jardins d'éveil) de réguler l'utilisation des téléphones portables, tablettes numériques, téléviseurs et équipements assimilés par les personnels en présence des enfants, et prévoit la mise en place d'une politique de prévention des risques liés à l'exposition non raisonnée aux écrans chez les enfants.

L'**article 2** intègre par ailleurs aux consultations et actions de prévention organisées par le service de prévention départemental de **protection maternelle et infantile (PMI)** des actions de prévention des risques liés aux écrans. Enfin **l'article 3** prévoit que tous les enfants de moins de 18 ans bénéficiaient d'une **sensibilisation aux risques** liés à une exposition excessive aux écrans et au caractère addictif des réseaux sociaux sur la base des connaissances scientifiques.

¹ Article L. 2133-1 du code de la santé publique

B. UN VOLET ÉDUCATIF POUR DÉFINIR UNE STRATÉGIE COMMUNE AVEC L'ENSEMBLE DES ACTEURS CONCOURANT AUX TEMPS DE L'ENFANT



L'**article 4** inclut dans les **projets éducatifs territoriaux** – qui concernent les activités périscolaires - des mesures visant à prévenir les risques liés à une exposition excessive des élèves aux écrans et au caractère addictif des réseaux sociaux. L'objectif est l'élaboration d'un cadre partagé sur l'utilisation des outils numériques. Celui-ci pourra prévoir des mesures de sensibilisation **communes**.

En outre, il renforce la formation initiale et continue des personnels de l'éducation nationale sur ces thématiques.

Par ailleurs, l'**article 5** du texte prévoit la définition **d'un cadre de vie de l'établissement à l'heure du numérique**, élaboré conjointement dans les projets d'école et d'établissement avec l'ensemble des acteurs (représentants des parents d'élèves, des élèves, des équipes pédagogiques et administratives, des collectivités territoriales).

À partir de cette stratégie commune et des axes d'action sera notamment élaboré le règlement intérieur qui définit les règles et usages des appareils connectés. Ce projet d'école ou d'établissement permettra également de définir des axes d'action notamment au regard de démarches de sensibilisation et de prévention sur les effets nocifs des écrans et au caractère addictif des réseaux sociaux.

L'**article 6** permet d'ancrer dans la loi la **campagne de sensibilisation** réalisée chaque année par l'Arcom en coordination avec la CNIL et d'y associer les ministères chargés de l'éducation nationale, de la santé et du numérique. Cette disposition doit permettre à cette campagne de disposer de davantage de moyens et de pouvoir être diffusée plus longtemps que les quatre jours actuels.

4. LA POSITION DE LA COMMISSION : L'URGENCE D'AGIR POUR UN USAGE RAISONNÉ DES ÉCRANS ET CONTRE LES CONTENUS DANGEREUX

Sur proposition de la rapporteure, la commission a adopté **dix amendements**. Ils visent d'abord à préciser les matériels concernés, **afin de tenir compte des évolutions techniques**. Il s'agit notamment d'inclure les montres connectées, qui ont des fonctionnalités similaires à celles d'un téléphone.

Par ailleurs, elle a adopté un amendement afin de prévoir que **l'ensemble des établissements de la petite enfance**, y compris ceux de moins de 50 salariés, qui n'ont pas nécessairement de règlement intérieur mais ont obligatoirement un règlement de fonctionnement ou un projet d'établissement, soient bien inclus dans le périmètre de la proposition de loi. Dans le domaine scolaire, il a semblé important à la commission que les **établissements privés sous contrat** mènent également une telle politique d'accompagnement de leurs élèves à un usage raisonnable du numérique : elle a donc adopté un amendement en ce sens (article 5 bis).



Elle a en outre souhaité insister sur **l'enjeu de santé publique** que représente l'accompagnement des élèves au numérique lors des réflexions menées au sein des conseils d'école et d'établissement, afin de faciliter l'association de la médecine scolaire et de la médecine de ville aux mesures de sensibilisation et autres actions mises en place.

La commission a également adopté plusieurs amendements visant à **préciser les contours** de la formation initiale et continue tant des professionnels du médico-social, de la petite enfance, que des personnels de l'éducation nationale. Ces formations doivent en effet inclure des **propositions d'alternatives** aux écrans, dont la rapporteure est consciente de leur place dans notre société : la nécessité de redonner le goût de la lecture, l'importance des activités sportives, culturelles et de plein air doivent être réaffirmées. Par ailleurs, la commission a substitué à la notion d'exposition « excessive » celle d'exposition « non raisonnée » : **l'enjeu n'est pas uniquement celui de l'âge de l'enfant et de la durée d'écran**, mais aussi des types usages et de leur accompagnement.

Outre les usages, la formation et la sensibilisation doivent également porter sur les risques des contenus diffusés sur ces écrans. La commission a modifié le titre de la proposition de loi pour tenir compte de l'ensemble de ces objectifs.

La commission de la culture, de l'éducation, de la communication et du sport a adopté la proposition de loi ainsi modifiée. Elle sera examinée en séance publique le 18 décembre 2025

POUR EN SAVOIR +

- Prendre en main notre destin numérique : l'urgence de la formation, Catherine Morin-Desailly, rapport n° 607, session 2017-2018 ;
- Amplifier la législation européenne sur les services numériques (DSA) pour sécuriser l'environnement en ligne, Florence Blatrix Contat et Catherine Morin-Desailly, rapport n° 274, session 2021-2022.



Laurent Lafon

Président de la commission
Sénateur du Val-de-Marne
(*Union Centriste*)



Catherine Morin-Desailly

Rapporteur
Sénatrice de la Seine-Maritime
(*Union Centriste*)

[Commission de la culture, de l'éducation, de la communication et du sport](#)

Téléphone : 01.42.34.23.23

[Consulter le dossier législatif](#)

