

# 3, 2, 1... PARLEZ!



REGARDER LES  
ÉCRANS  
EMPÊCHE LE  
DÉVELOPPEMENT  
DU LANGAGE.

1



LA TABLETTE  
ÉTEINT  
LE CERVEAU  
DES ENFANTS.

2

UNE HEURE  
D'ÉCRANS  
PAR JOUR,  
C'EST DÉJÀ  
TROP!

3



➔  
+ d'infos  
ci-contre

## ÉCRANS ET LANGAGE

# 3, 2, 1... PARLEZ!

Un projet de prévention du Centre d'orthophonie de Neuchâtel.

## ÉCRANS ET LANGAGE

1

Avant 4 ans, regarder les écrans tous les jours augmente beaucoup le risque de retard de langage.

2

Devant un écran, le cerveau d'un enfant est beaucoup moins disponible pour apprendre de nouveaux mots même s'il paraît attentif.

3

Surtout avant 12 ans, d'autres activités avec l'enfant sont à privilégier pour favoriser entre autres le langage.

Ville de  
**Neuchâtel**

Avec le soutien des communes de Boudry,  
La Grande Béroche, Milvignes et Peseux

# CONSÉQUENCES DES ÉCRANS SUR LE DÉVELOPPEMENT DU LANGAGE \*

\* Les affirmations suivantes sont basées sur des études scientifiques reconnues

Avant 1 an,  
un écran allumé  
(même en bruit de fond)  
a des conséquences graves :  
le risque de présenter  
un retard de développement  
du langage et  
de la communication  
est multiplié  
par 6.

Entre 8 et 16 mois,  
chaque heure quotidienne  
de vidéos  
prétendant être adaptées  
aux très jeunes enfants  
a pour conséquence  
une limitation de 10%  
de l'apprentissage de  
nouveaux mots.

De 2 à 4 ans,  
deux heures de télévision  
par jour  
entraînent  
trois fois plus de risques  
de retard  
de développement  
du langage.

## POURQUOI TOUTES CES CONSÉQUENCES ?

Un écran  
ne s'adapte pas  
à ce que fait et dit  
l'enfant.

Lorsque la télé  
(ou un autre écran)  
est allumée  
dans la maison,  
on parle moins  
à son enfant  
et il vous parlera  
moins.

Un adulte  
encourage,  
sollicite,  
imite,  
reformule  
ou corrige  
ce que dit l'enfant,  
ce que ne fait pas  
un écran.

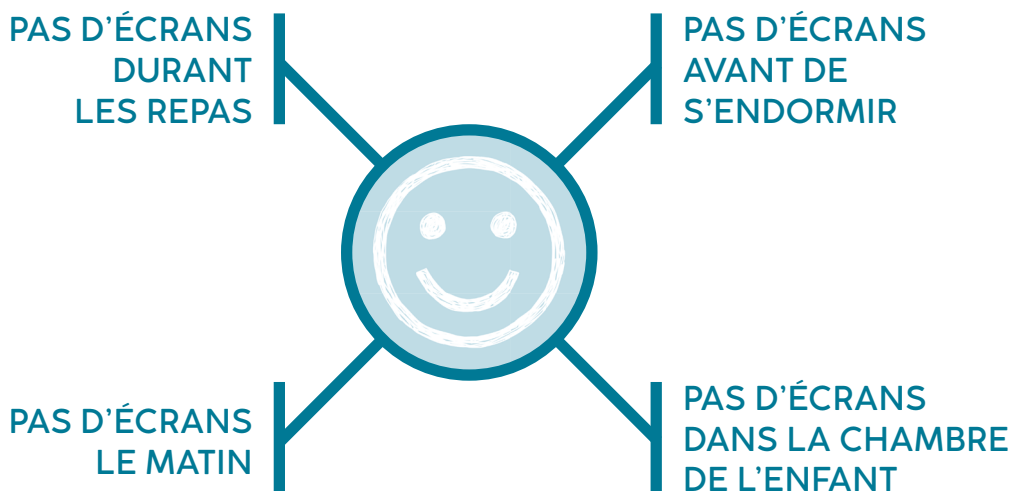
# LES SOLUTIONS

Limitier le temps des écrans en fonction de l'âge de l'enfant (cf. tableau à droite).

Votre enfant consomme plus d'écrans que ce qui est recommandé ?

La méthode des « 4 PAS » de Sabine Duflo, psychologue clinicienne, peut vous aider à mettre des limites.

En voici les grands principes :



Les premiers temps, votre enfant ne sera peut-être pas content, cela provoquera chez lui des crises de rage ou de pleurs : c'est normal !

S'il ne sait pas quoi faire et s'ennuie : c'est normal aussi !

Rassurez-vous, cela passera.

Lui laisser à disposition et à sa portée :

Quelques jouets

(ex : voitures, dinette, poupées, cubes)

•

Livres

•

Papier, crayons, matériel de bricolage

•

Si cela est possible,  
laisser les enfants jouer à l'extérieur.

•

Et si vous avez un peu de temps,

allez avec lui

à la bibliothèque

et ludothèque

(Ex : Pestalozzi, Bibliomonde).

# EN BREF

## TABLETTE TÉLÉVISION

## JEUX VIDÉOS

## INTERNET RÉSEAUX SOCIAUX

## DURÉE /JOUR

AVANT 3 ANS



0

ENTRE 3 ET 6 ANS



Avec adulte  
Programmes  
adaptés

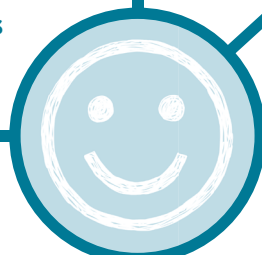


20 minutes

ENTRE 6 ET 9 ANS



Adulte à  
proximité  
Programmes  
adaptés



Adulte à  
proximité  
Respect de la  
signalétique  
des âges

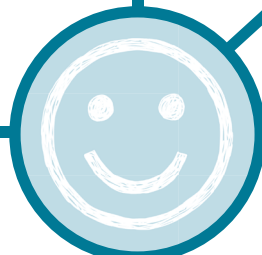


30 minutes

ENTRE 9 ET 12 ANS



Autonomie

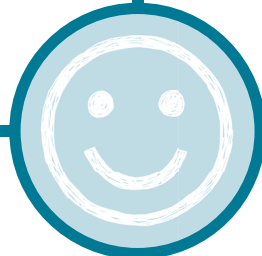


Autonomie  
Respect de la  
signalétique  
des âges



60 minutes

APRÈS 12 ANS



- Internet  
surveillé



Réseaux  
sociaux

Fixer des  
horaires d'écran  
avec les enfants :  
90 minutes max



## POUR ALLER PLUS LOIN

### LIENS UTILES :

- Centre d'orthophonie de Neuchâtel : [www.neuchatelville.ch/orthophonie](http://www.neuchatelville.ch/orthophonie)
- Vidéos Tutolangage : [www.neuchatelville.ch/orthophonie](http://www.neuchatelville.ch/orthophonie)
- Association des orthophonistes romand·e·s : [www.arld.ch](http://www.arld.ch)
- Orthophonistes indépendantes du canton de Neuchâtel : [lecolin.ch](http://lecolin.ch)
- Informations sur les écrans : [www.3-6-9-12.org](http://www.3-6-9-12.org)
- Méthode des 4 PAS : [www.sabineduflo.fr](http://www.sabineduflo.fr)

### ADRESSES UTILES :

- [www.bibliomonde.ch](http://www.bibliomonde.ch)
- [www.bibliotheque-pestalozzi.ch](http://www.bibliotheque-pestalozzi.ch)
- [www.bibliobus-ne.ch](http://www.bibliobus-ne.ch)
- [www.lacourteechelle.ch](http://www.lacourteechelle.ch)
- [www.recifne.ch/espace-enfants](http://www.recifne.ch/espace-enfants)
- [www.ilotmots.ch](http://www.ilotmots.ch)
- [www.croix-rouge-ne.ch](http://www.croix-rouge-ne.ch)

---

« 3, 2, 1... PARLEZ ! » est un projet de prévention du Centre d'orthophonie de Neuchâtel. Pour plus d'informations ou pour commander nos brochures et affiches : [centre.orthophonie.neuchatel@ne.ch](mailto:centre.orthophonie.neuchatel@ne.ch) / 032 717 78 20  
Conception graphique : hilti+rebmann / Illustrations : ANDA  
Achévé d'imprimer en juillet 2020.

# 3, 2, 1... PARLEZ!

1  
MON ENFANT DE 2 ANS NE PARLE PAS, ON ME DIT QUE ÇA VA VENIR... EST-CE QUE JE DOIS M'INQUIÉTER ?

1  
DOIS-JE PARLER FRANÇAIS AVEC MON ENFANT, MÊME SI JE NE LE PARLE PAS BIEN ?



2  
MON ENFANT NE CONSTRUIT PAS DE PHRASES CORRECTES À 3 ANS, EST-CE QUE JE DOIS M'INQUIÉTER ?

2  
MON ENFANT PARLE DEUX LANGUES, C'EST POUR ÇA QU'IL PARLE MAL ?

3  
EST-CE QU'UN ENFANT APPREND MIEUX UNE 2<sup>e</sup> LANGUE S'IL L'APPREND JEUNE ?

2  
MON ENFANT DÉFORME LES MOTS QUAND IL PARLE, EST-CE QUE JE DOIS M'INQUIÉTER ?



« 3, 2, 1... PARLEZ! », un projet de prévention en 3 volets autour du développement du langage chez l'enfant. Pour en savoir plus, découvrez également nos deux autres brochures consacrées aux thèmes « **développement du langage** » et « **bilinguisme** ».

## DÉVELOPPEMENT DU LANGAGE

1. Le plus important à 2 ans est que l'enfant communique (gestes, mots à lui) et se fasse comprendre. Il devrait vite progresser dans les prochains mois. Si la situation n'évolue pas, parlez-en à votre pédiatre.
2. On s'inquiétera si l'enfant ne parvient pas à se faire comprendre ou en souffre (il s'énerve, se bloque, se renferme).
3. Oui, à 3 ans, l'enfant devrait être capable de participer à des petites conversations en faisant des phrases correctes. N'hésitez pas à consulter un(e) orthophoniste.

## BILINGUISME

1. Non, c'est important de parler à son enfant dans sa langue maternelle, car elle va aider le développement du français.
2. Non, le bilinguisme n'est pas la cause d'un problème de langage. On retrouvera les difficultés à parler de l'enfant dans les deux langues qu'il utilise. Un enfant sans trouble du langage apprendra deux langues sans problème.
3. Non, ce n'est pas l'âge qui compte, mais la quantité d'exposition. Plus l'enfant entend et parle une langue, mieux il l'apprendra.