



Grandir avec le numérique

**Comprendre, créer, se protéger et s'équilibrer
à l'ère d'Internet, des réseaux sociaux et de l'IA**

Le numérique est une chance... à condition de savoir l'utiliser.
Ateliers pédagogiques : de la 6ème à la 3ème, et parents.





Pourquoi ce cycle d'ateliers ?

Constat

- Les jeunes grandissent dans un monde hyperconnecté, souvent sans mode d'emploi.
- Les parents se sentent parfois dépassés ou inquiets.
- Les usages numériques peuvent être sources de progrès... ou de difficultés (concentration, sommeil, image de soi, relations).

Enjeux

- Développer une culture numérique éclairée.
- Prévenir les risques sans diaboliser.
- Valoriser les usages positifs : apprentissage, créativité, expression, engagement.
- Favoriser un dialogue apaisé entre jeunes et adultes.



Notre approche pédagogique

Une approche en 4 piliers

Comprendre

- Comment fonctionne Internet, les réseaux, les algorithmes, l'IA.

Développer l'esprit critique

- Images, info, influence, données personnelles.

S'équilibrer émotionnellement

- Attention, sommeil, estime de soi, dépendance.

Créer et apprendre positivement

- Internet comme outil de connaissance, de créativité et de sens.

Des ateliers adaptés à l'âge, non culpabilisants, sans incitation prématuée à l'usage des réseaux.

Méthodes utilisées

- Quiz interactifs
- Jeux de rôle et mises en situation
- Ateliers créatifs et collaboratifs
- Apports pédagogiques accessibles
- Temps de coaching et de réflexion personnelle

Le parcours collégiens

Chaque parcours est composé de **3 ateliers** :

- ludiques et pédagogiques pour les 6ème et 5ème
- de réflexion et pratique pour les 4ème
- tournés vers l'avenir pour les 3ème

6ème & 5ème

DÉCOUVRIR ET SE PROTÉGER

- Comprendre ce qu'est Internet et comment il fonctionne.
- Explorer les possibilités positives d'Internet : apprendre, créer, s'informer.
- Identifier les risques et adopter de bons réflexes pour se protéger.
- Développer curiosité, autonomie et équilibre dans l'usage des écrans.

4ème

CONSTRUIRE SON ESPRIT CRITIQUE ET SON IDENTITÉ

- Comprendre comment fonctionnent les réseaux sociaux et les algorithmes.
- Identifier les effets du numérique sur l'image de soi, les émotions et les relations.
- Développer l'esprit critique face aux contenus et à la comparaison sociale.
- Explorer les usages positifs : création, apprentissage, engagement.
- Apprendre à équilibrer plaisir, sécurité et confiance en soi.

3ème

DEVENIR AUTONOME ET RESPONSABLE

- Comprendre le fonctionnement des réseaux sociaux, des algorithmes et de l'intelligence artificielle.
- Identifier les mécanismes d'influence, de désinformation et de polarisation.
- Développer une identité numérique maîtrisée et cohérente avec ses valeurs.
- Préparer une autonomie numérique responsable pour le lycée et la vie future.
- Trouver un équilibre entre créativité, apprentissage et bien-être.



Le parcours parents

Des temps d'échange, de coaching et d'outils concrets pour le quotidien.

SÉANCE 1 : COMPRENDRE LE MONDE NUMÉRIQUE DE NOS ENFANTS

- Usages actuels des jeunes
- Fonctionnement des réseaux, algorithmes, IA
- Repères légaux et éducatifs
- Posture parentale et dialogue

SÉANCE 2 : ACCOMPAGNER SANS CONFLIT

- Émotions et image de soi à l'ère numérique
- Signes de surcharge ou d'addiction
- Régulation et règles familiales
- Favoriser un numérique positif à la maison

Ce que les participants retirent de l'atelier

Pour les élèves

- ✓ Comprendre ce qu'ils utilisent
- ✓ Gagner en confiance et en esprit critique
- ✓ Apprendre à se protéger et à s'équilibrer
- ✓ Utiliser Internet pour apprendre et créer

Pour les parents

- ✓ Se sentir mieux informés et légitimes
- ✓ Savoir dialoguer sans conflit
- ✓ Poser un cadre clair et rassurant
- ✓ Accompagner sans surveillance excessive





Organisation pratique

Format

- En établissement scolaire
- En association / collectivité
- En temps périscolaire

Durée

- Ateliers élèves : 1h30 à 2h / session
- Ateliers parents : 2h / session

Intervenants

En co-animation :

- Spécialiste du numérique
- Coach en développement personnel

Adaptations

Âge, contexte, besoins spécifiques de l'établissement



Email

contact@maison-madi.fr

Site internet

www.maison-madi.fr

Téléphone

06 47 83 18 26

