# Conseils pour les Media Ukkie Dagen 2026



# kleuren kijken kletsen

(Dessiner, regarder, discuter)

Conseils pour les enfants de 2 à 6 ans

**Les médias peuvent être très divertissants et instructifs. Les jeunes enfants aiment qu'on s'adresse directement à eux et qu'ils puissent réagir, voir des personnages familiers et reconnaître des situations tirées de leur propre vie. À cet âge, les enfants découvrent de plus en plus par eux-mêmes, mais en tant que parent/tuteur, vous pouvez les accompagner dans cette démarche.**

## 1. Réfléchissez à la raison et au moment d'utiliser un écran

Un petit écran peut apporter du calme dans la maison. Mais le calme ne signifie pas nécessairement que votre enfant se détend. D'autres médias, tels qu'un livre audio ou un livre illustré, constituent une bonne alternative.

## 2. Découvrez les médias ensemble

En recherchant ensemble des vidéos, des podcasts et des livres adaptés à votre enfant, vous renforcez à la fois le plaisir et la sécurité. Observez également les réactions de votre enfant face aux médias. Sont-ils vraiment adaptés à l'âge de votre enfant ?

## 3. Gardez vos distances par rapport à l'écran

Demandez à votre enfant de faire trois grands pas à partir de l'écran. C'est mieux pour les yeux ! Un téléviseur invite davantage à s'asseoir à distance et à bouger qu'un smartphone ou une tablette.

## 4. Participez à ce que vous lisez, voyez ou entendez

Participez activement à l'utilisation des médias par votre enfant. Bougez avec les histoires, par exemple en lisant des livres et en écoutant des podcasts. Mimez avec votre visage, vos mains et vos pieds ce qui se passe. Bricolez ou dessinez les personnages principaux. Ou jouez au jeu des statues musicales sur la musique d'introduction d'une vidéo.

## 5. Posez des questions

Vous ne pouvez pas toujours vous asseoir à côté de votre enfant pour regarder ou jouer avec lui, mais il est important de le guider. Assurez-vous donc d'être à proximité et de savoir ce que votre enfant regarde. Restez en contact et parlez des médias ensemble. Demandez à votre enfant ce qu'il voit ou ce qu'il a découvert en ligne.





**Vous recherchez des conseils pour les enfants de 0 à 2 ans ?**

Visitez mediaukkiedagen.nl/tips

Netwerk Mediawijsheid

media ukkie dagen 10 t/m 17 april 2026

Ces conseils ont été élaborés en collaboration avec divers partenaires de Netwerk Mediawijsheid, y compris : Centre de connaissances sur le sport et l'activité physique, JOGG, Humankind, gro-up, Miranda Wedekind, NJi, Marije Lagendijk.