

Saint-Maur

N°20

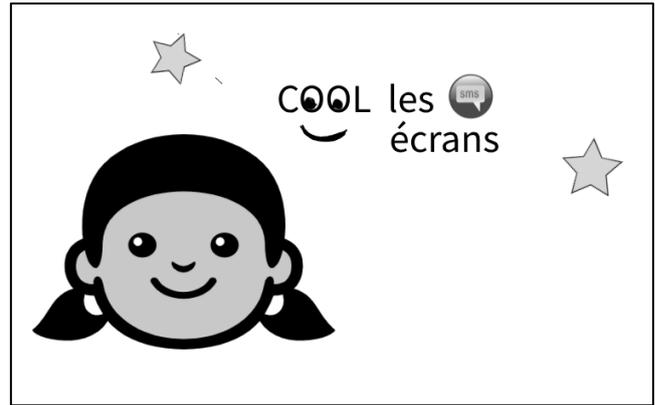
Les écrans



RÉALISÉ PAR LES ÉLÈVES DE 6ÈME !

Les écrans : des alliés dans notre quotidien !

Les écrans sont partout : à la maison, à l'école, et même dans nos poches ! On parle souvent des dangers des écrans. Mais saviez-vous qu'ils peuvent être très utiles ? Voici quelques points positifs des écrans :



1. Un accès à plein de connaissances

Avec les écrans, on peut découvrir des choses incroyables. Grâce à Internet ou à des applications éducatives, il est possible d'apprendre sur les animaux, les étoiles, les pays du monde... Tout ça en quelques clics !

2. Des outils pour apprendre

À l'école ou à la maison, les écrans aident à réviser ou à comprendre des leçons. Il existe des jeux éducatifs, des vidéos pour expliquer les mathématiques ou des livres numériques pour apprendre à lire. Peut-être que ton institutrice utilise même un site ou un padlet pour t'aider à travailler à la maison.

3. Communiquer avec les autres

Les écrans permettent de parler avec des amis ou de la famille qui habitent loin. On peut envoyer des messages, passer des appels vidéo et partager des moments, même à distance.



4. S'amuser et se détendre

Les écrans sont aussi faits pour s'amuser ! On peut jouer à des jeux vidéo, regarder des dessins animés ou écouter des chansons. C'est une façon de se détendre après une journée bien remplie.



5. Développer sa créativité

Certaines applications permettent de dessiner, de composer de la musique ou même de réaliser des petits films. Avec un peu d'imagination, on peut créer des choses extraordinaires !

6. Un monde connecté

Les écrans nous connectent au monde. Grâce à eux, on peut découvrir les nouvelles du jour, regarder des documentaires ou explorer des endroits incroyables sans quitter la maison.

Attention à bien utiliser les écrans !

Même s'ils sont très utiles, il est important de ne pas passer trop de temps devant un écran. Les pauses sont importantes. A ces moments-là, joue dehors, lis un livre ou discute avec tes amis.

Les écrans sont des outils formidables, à condition de bien les utiliser !

Dans ce numéro, nous allons explorer ensemble les différents types d'écrans, leurs usages, leurs dangers, mais aussi les façons de les utiliser en toute sécurité et de profiter pleinement de leurs avantages.

Les types d'écrans

Il existe de nombreux écrans que nous utilisons au quotidien. Ils servent à des activités très différentes : travailler, jouer ou se divertir.

Voici quelques exemples :

Pour travailler :

- L'ordinateur
- Le téléphone
- La tablette
- ...

Pour jouer aux jeux vidéo :

- La Switch
- La PS5
- L'ordinateur
- Le téléphone
- La tablette
- La Xbox
- ...

Pour se divertir :

- La télé
- L'ordinateur
- La tablette

Les écrans pour travailler

De nos jours, on utilise de plus en plus les écrans pour apprendre et travailler. À l'école comme à la maison, ils peuvent nous aider à écrire, chercher des informations ou préparer des présentations. Mais comment bien les utiliser ? Quels outils choisir pour réussir nos travaux ? Dans cet article, je vais vous parler des écrans, des sites et des applications qui nous sont utiles au quotidien. 🖥️📱🌟

Sur quels écrans peut-on travailler ?

- Un ordinateur : pour des recherches, mettre un texte au propre.
- Une tablette : pour des recherches.
- Un téléphone : pour vérifier l'orthographe d'un mot.
- Un dictionnaire électronique : pour vérifier l'orthographe d'un mot.
- ...

Sur quels sites peut-on travailler ?

- LibreOffice : on peut taper des textes, ...
- PowerPoint : pour créer des présentations
- L'application de sa classe : réviser, ...
- ...

Il y a plusieurs applications qui peuvent nous aider :

- Google pour rechercher
- IA (intelligence artificielle)
- ...



Sécurité

Les écrans font partie de notre quotidien, mais ils peuvent parfois cacher des pièges. Entre les arnaques sur Internet, les messages suspects et le temps passé devant les écrans, il est important d'apprendre à les utiliser avec prudence.

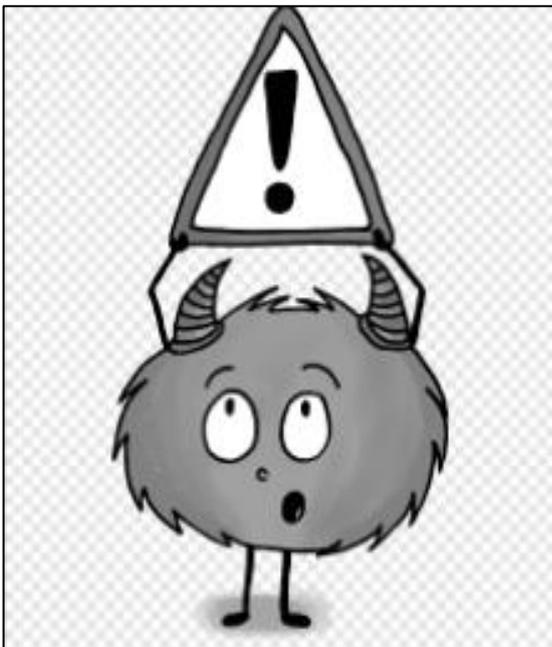
Dans cette partie du journal, tu découvriras des conseils simples pour éviter les dangers et profiter des écrans en toute sécurité.

La manière d'utiliser un écran avec sécurité

Être responsable :

C'est important de ne pas abuser des écrans. Par exemple, tu peux te fixer un temps limité pour les utiliser ou demander à un adulte d'installer un contrôle parental.

Il ne faut pas devenir "ADDICT" !



Faire attention :

Fais toujours attention aux sites qui peuvent te piéger ou t'arnaquer !

Par exemple, méfie-toi des jeux comme *Plinko*. Ce jeu te demande ton numéro de compte et te promet de gagner de l'argent, mais en réalité, il te vole ton argent.

Sur des sites comme *Shein*, *Amazon*, *Temu* ou *AliExpress*, on peut te proposer de jouer à des jeux pour gagner des promotions ou de l'argent. Mais si on te demande ton numéro de compte, c'est sûrement pour te voler ton argent. Alors, fais très attention ! 🤯

Attention aussi aux spams !

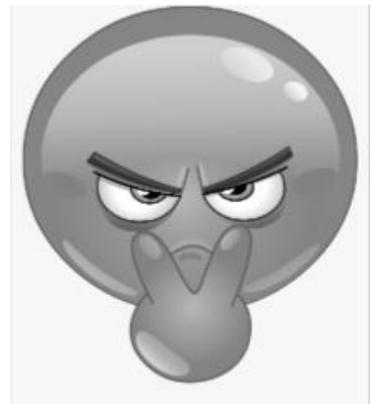
Un spam, c'est un message non désiré ou indésirable que tu reçois souvent sans l'avoir demandé. Ces messages peuvent arriver par email, SMS, ou même dans des applications.

Ils ont plusieurs buts, comme :

- Te vendre quelque chose : par exemple, une publicité pour un produit ou un service.
- T'arnaquer : certains spams essaient de te piéger, par exemple en te promettant un gain d'argent ou en demandant des informations personnelles comme ton numéro de carte bancaire.
- Te faire cliquer sur un lien dangereux : ces liens peuvent installer un virus sur ton appareil ou voler tes informations.

Pour éviter les spams :

- Ne clique pas sur des liens étranges ou suspects.
- Ne donne pas ton adresse email ou ton numéro de téléphone sur des sites douteux.



Ce sont souvent des arnaques faites par des gens malintentionnés. Ne leur réponds pas et parles-en à un adulte !



Es-tu addict aux écrans ?

Réponds à ces questions en choisissant la réponse qui te correspond le mieux : **A, B ou C.**

1. **Quand tu te réveilles le matin, que fais-tu en premier ?**
 - **A** : Je regarde immédiatement une tablette, la télé, un téléphone...
 - **B** : Je prends mon petit-déjeuner et je regarde mon écran après.
 - **C** : Je ne touche pas aux écrans avant la fin de journée.

 2. **Combien de temps passes-tu devant un écran par jour ?**
 - **A** : Plus de 2 heures.
 - **B** : Entre 1 et 2 heures.
 - **C** : Moins de 1 heure.

 3. **Quand tes parents te disent d'éteindre un écran :**
 - **A** : Je proteste et demande encore 5 minutes (ou plus).
 - **B** : Je l'éteins, mais un peu à contrecœur.
 - **C** : Je l'éteins sans problème.

 4. **Que fais-tu pendant ton temps libre ?**
 - **A** : Je joue ou regarde des vidéos sur un écran.
 - **B** : J'alterne entre les écrans et d'autres activités comme lire ou jouer dehors.
 - **C** : Je préfère jouer dehors, lire ou faire du sport.

 5. **Quand tu ne peux pas utiliser d'écran, comment te sens-tu ?**
 - **A** : Ennuyé et perdu, je ne sais pas quoi faire.
 - **B** : Un peu déçu, mais je trouve autre chose à faire.
 - **C** : Pas dérangé, je fais autre chose facilement.
-

Résultats

Si tu as une majorité de **A** :

Tu es **très attaché aux écrans** ! Ils occupent une grande partie de ton temps, et tu pourrais avoir du mal à t'en passer. Pense à limiter ton usage et à découvrir d'autres activités, comme le sport ou les jeux en plein air.

Si tu as une majorité de **B** :

Tu utilises les écrans de manière **équilibrée**. Bravo ! Continue à alterner entre les écrans et d'autres activités pour garder une vie bien remplie et variée.

Si tu as une majorité de **C** :

Tu es **très détaché des écrans**. Les écrans ne contrôlent pas ton temps libre, et tu profites de plein d'autres activités. Continue comme ça !

Les dangers sur Internet

Sur Internet, on peut voir n'importe quoi, et ce n'est pas toujours adapté pour les enfants. Parfois, on trouve des informations complètement fausses ! Il ne faut pas croire tout ce qu'on voit. Aujourd'hui, avec Internet, on peut créer de fausses informations qui paraissent vraies.



On peut aussi parler à n'importe qui ! Par exemple, un inconnu peut se faire passer pour ton ami, et tu pourrais lui répondre sans savoir qui il est vraiment. Il y a des personnes étranges qui pourraient te demander ton adresse, ton prénom, ou d'autres informations personnelles. Il faut donc toujours être prudent !

Il y a aussi beaucoup de choses qu'on ne devrait pas voir sur Internet. C'est pourquoi il faut rester vigilant : Internet peut être très dangereux !

Si jamais tu tombes sur quelque chose d'étrange ou qui te met mal à l'aise, il est important d'en parler à tes parents ou à un adulte de confiance. Ils pourront t'aider à comprendre et à te protéger. Ne garde jamais ce genre de choses pour toi !



C'est bien de se déconnecter des écrans et du Wifi !

Pourquoi les écrans abîment-ils les yeux ?

Les écrans ont des avantages, mais aussi des inconvénients. Par exemple, ils peuvent abîmer nos yeux. Les écrans émettent une lumière bleue qui est mauvaise pour la santé des yeux (le soleil en émet aussi). C'est pour ça qu'il est important de limiter notre temps devant les écrans.

Certains opticiens recommandent un temps d'écran de 1 à 2 heures par jour maximum pour les enfants. Mais encore mieux : si tu peux éviter les écrans, c'est l'idéal ! Des études montrent que dans 50 ans, 80 % des enfants pourraient devenir myopes à cause des écrans.

Pour protéger nos yeux, on a commencé à fabriquer des lunettes anti-lumière bleue. Ces lunettes aident à réduire les effets de la lumière bleue sur les yeux. Mais ce n'est pas tout : il faut aussi éviter de regarder l'écran de trop près.

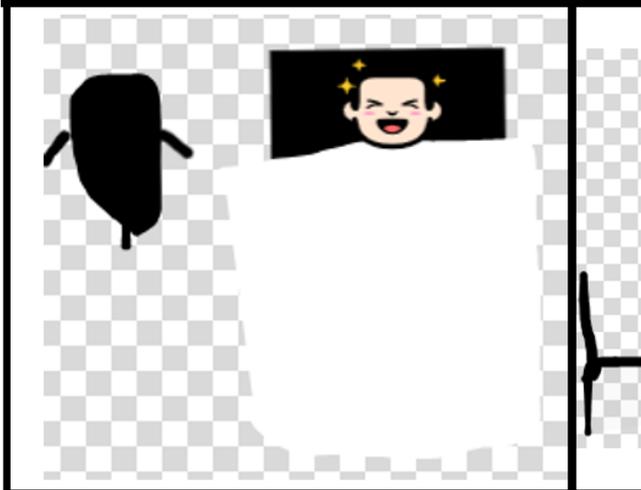
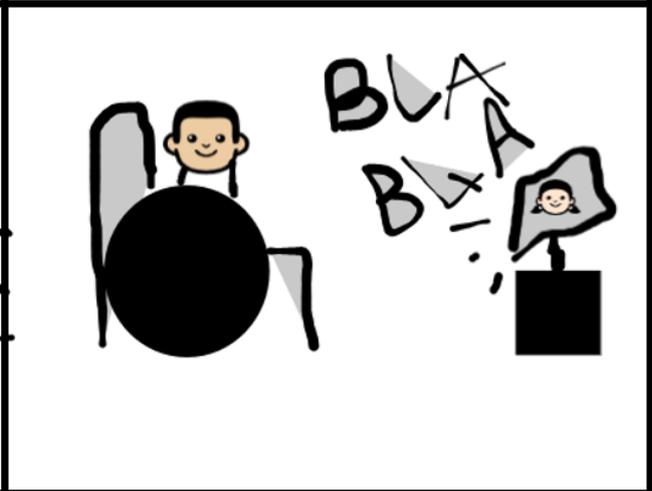
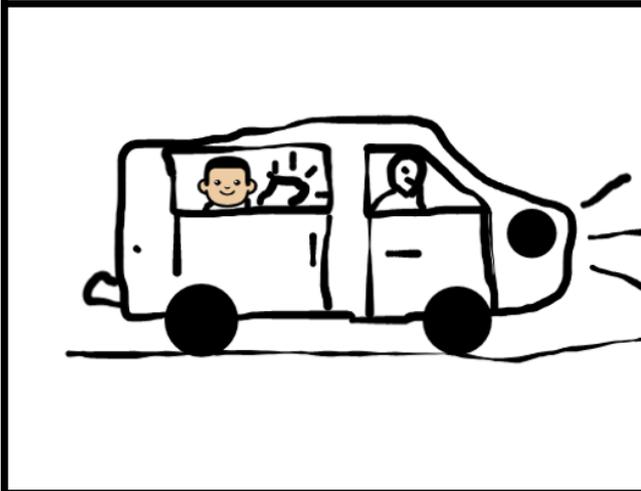
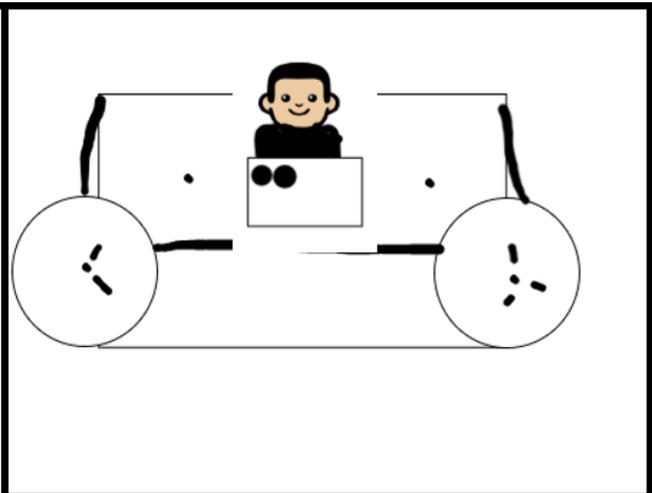
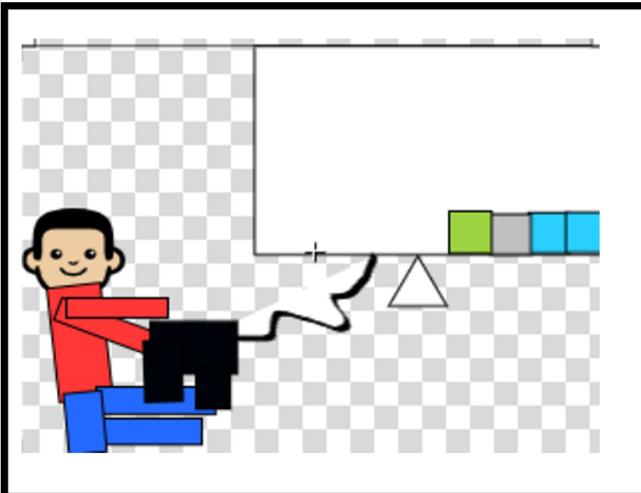


Quels sont les signes que tu passes trop de temps devant un écran ?

- Ta vision devient floue.
- Tu as des maux de tête.
- Tu as du mal à te concentrer.
- Tes yeux sont irrités (ils peuvent devenir légèrement rouges).

Alors, pense à faire des pauses et à protéger tes yeux quand tu utilises des écrans !

SOS concentration en danger



Amuse-toi avec les écrans !

Les écrans ne servent pas qu'à travailler ou à se divertir, ils peuvent aussi être le point de départ de jeux et d'activités amusantes ! Quiz, mots cachés, mots croisés... Tout est là pour te permettre d'apprendre tout en t'amusant.

Mots cachés

Dans cette grille, tu trouveras 14 mots en lien avec les écrans et Internet. Les mots peuvent être cachés horizontalement, verticalement ou en diagonale, dans les deux sens (de gauche à droite ou de droite à gauche, de haut en bas ou de bas en haut).

Objectif : Trouve et entoure tous les mots dans la grille !

Internet	Tablette	Téléphone	Ordinateur
Réseau	Informatique	Mail	Programme
Messages	Arnaques	Écran	YouTube
Tchatter	Pseudonymes		



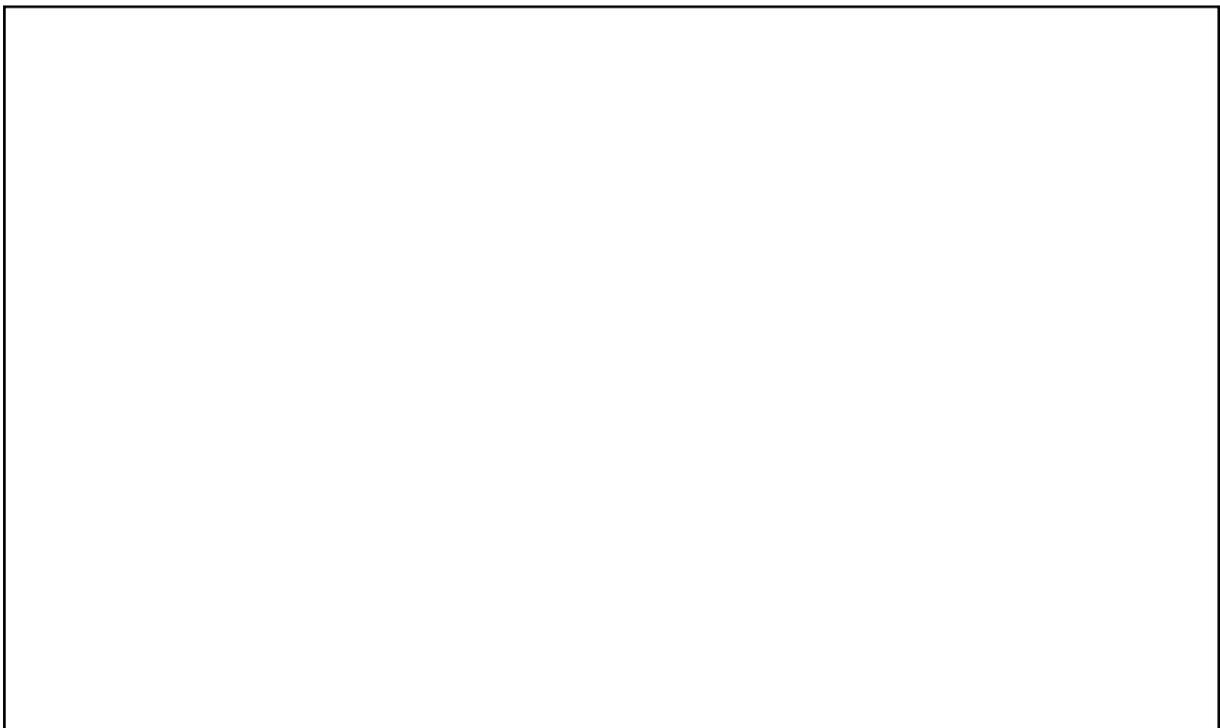


Consigne : Imagine-toi dans la nature

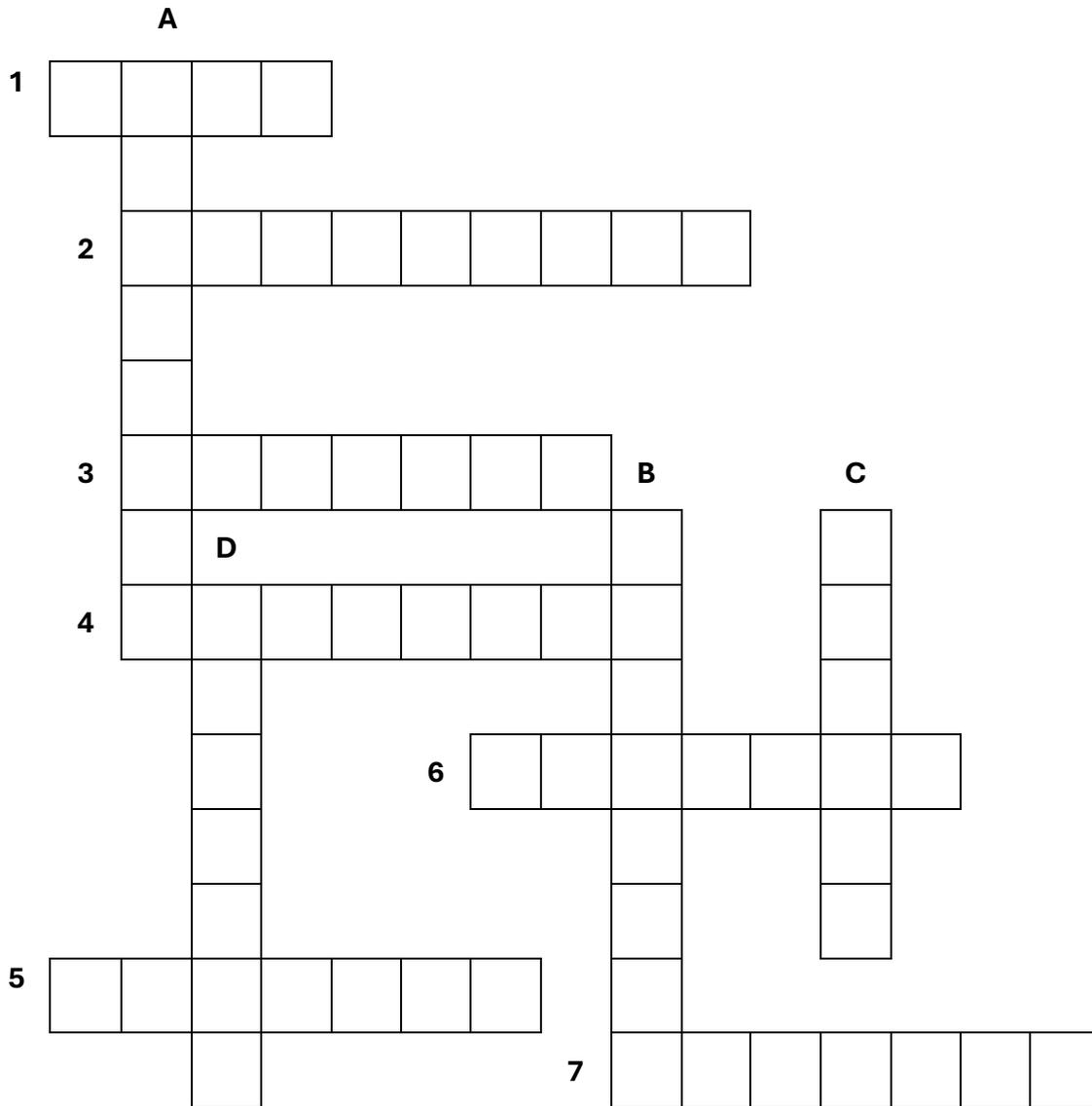
Imagine-toi dans un endroit calme et beau, comme une forêt, une plage ou un champ de fleurs. Imagine les bruits autour de toi : le vent, les oiseaux, ou les vagues. Visualise les couleurs, les arbres, les fleurs...

Prends un moment pour profiter de cet endroit paisible.

Ensuite, dessine ou décris ce que tu as imaginé !



Mots croisés



Horizontalement	Verticalement
<p>1 - Sans cela, tu ne peux pas faire de recherches sur Internet.</p> <p>2 - Tu l'utilises pour contacter ta mamie.</p> <p>3 - Une plateforme de streaming, comme Disney+.</p> <p>4 - Un téléphone en plus grand.</p> <p>5 - Une plateforme où tu peux regarder des vidéos.</p> <p>6 - Facebook, Instagram sont des sociaux.</p> <p>7 - Une application pour écouter de la musique.</p>	<p>A - Un immense réseau mondial.</p> <p>B - Ils sont envoyés pour communiquer.</p> <p>C - Un nom qui te représente en ligne.</p> <p>D - Si tu cliques dessus, tu risques d'attraper un virus.</p>

Créer des illustrations en ligne

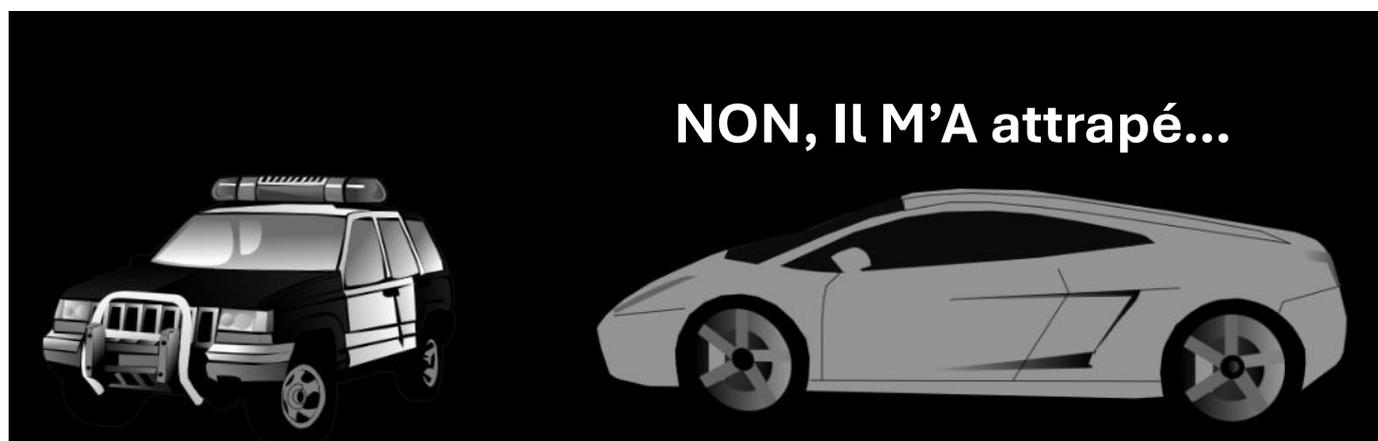
Si vous voulez faire des dessins sur les écrans gratuitement

Rendez-vous sur <https://sketchpad.app/fr/> !

Sur ce site, vous pourrez dessiner, écrire et colorier facilement.

D'ailleurs, les bandes dessinées et les dessins que vous voyez dans ce journal ont été créés avec cet outil !

Voici quelques exemples que nous avons réalisés :



Le E-sport c'est quoi ?

Le e-sport, ou sport électronique, désigne les compétitions de jeux vidéo en ligne. Il peut se jouer en solo ou en équipe, et attire de nombreux joueurs et spectateurs à travers le monde.

Dans le monde, environ **100 milliards d'euros** sont dépensés chaque année dans le e-sport. En Belgique, ce chiffre atteint **270 millions d'euros**.

Les joueurs ont des âges variés, entre **10 et 60 ans**, et les hommes et les femmes participent presque à égalité : **50,4 % d'hommes** contre **49,6 % de femmes**.

Les jeux à grands succès :

- **Fortnite - Havok**
- **FIFA (FC)**
- **Gran Turismo**
- **Brawl Stars**
- **Rocket League**

HAVOK : Une équipe d'e-sport Fortnite

HAVOK est une équipe de e-sport spécialisée dans *Fortnite*, dirigée par deux YouTubeurs : **Wazz** et **Zetfar**.

Les joueurs de l'équipe incluent **Esty**, **Wox**, **Netox**, **Pixie**, **Nxth**, et **Snayzi**.



FIFA (FC)

FIFA, désormais appelé *FC*, est un jeu vidéo de football très populaire. Il permet d'organiser des matchs simples, des tournois ou encore de gérer une équipe complète. On peut y jouer seul ou à plusieurs, en ligne ou hors ligne.

Chaque année, une nouvelle version du jeu est publiée avec des joueurs et des modes de jeu actualisés. Par exemple, dans *FC 24*, un nouveau mode appelé **Volta** a été ajouté.

Volta est un type de match qui se joue sur un petit terrain entouré de murs, où il n'y a pas de sorties. Les équipes sont composées de **4 ou 5 joueurs**, ce qui rend les parties dynamiques et intenses.

Le jeu était auparavant connu sous le nom de *FIFA*, mais depuis 2024, il s'appelle *FC*, car le contrat avec la FIFA n'a pas été renouvelé.

On peut commencer à jouer dès **3 ans** (ce qui peut surprendre). Les joueurs apprécient particulièrement le mode carrière, où ils doivent gérer leur propre équipe.



Aimes-tu le foot ?

Quelle est ton équipe préférée ?

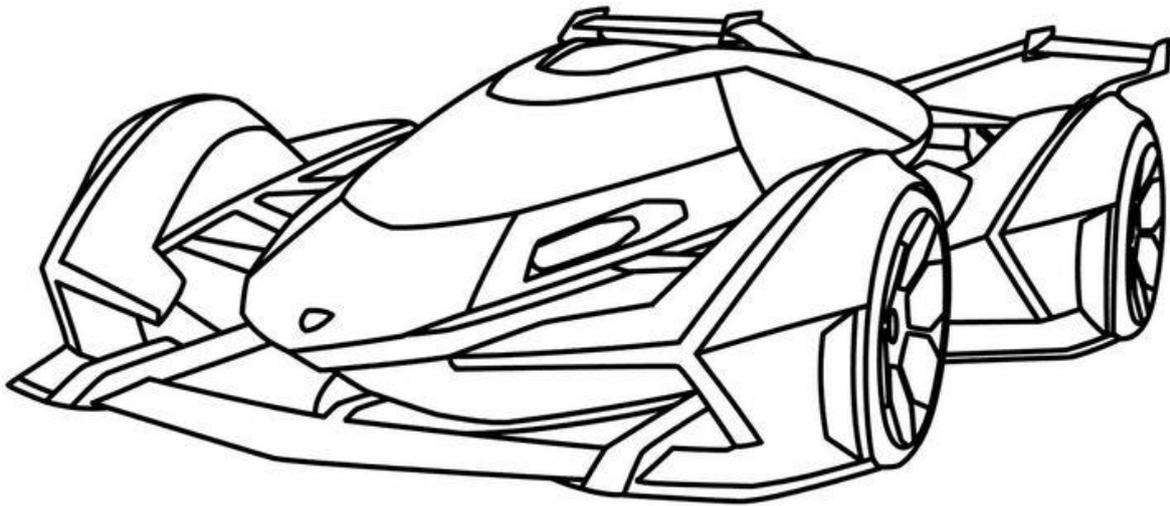
Gran Turismo

Gran Turismo est un jeu vidéo de courses automobiles, accessible à partir de **7 ans**. Il est disponible sur les plateformes **PS3, PS4 et PS5**.

Au début du jeu, il faut passer un **permis de conduire** pour débloquer des courses et participer à des compétitions. L'objectif principal est de gagner les courses, mais aussi de collectionner des voitures, qu'elles soient de collection ou de course.

Les commandes sont simples, et le simulateur du jeu explique tout très bien. Les courses sont passionnantes et le jeu propose plus de **400 marques de voitures**.

C'est un jeu japonais qui a connu un immense succès. En 2023, il a même été adapté en **film sorti en août**.



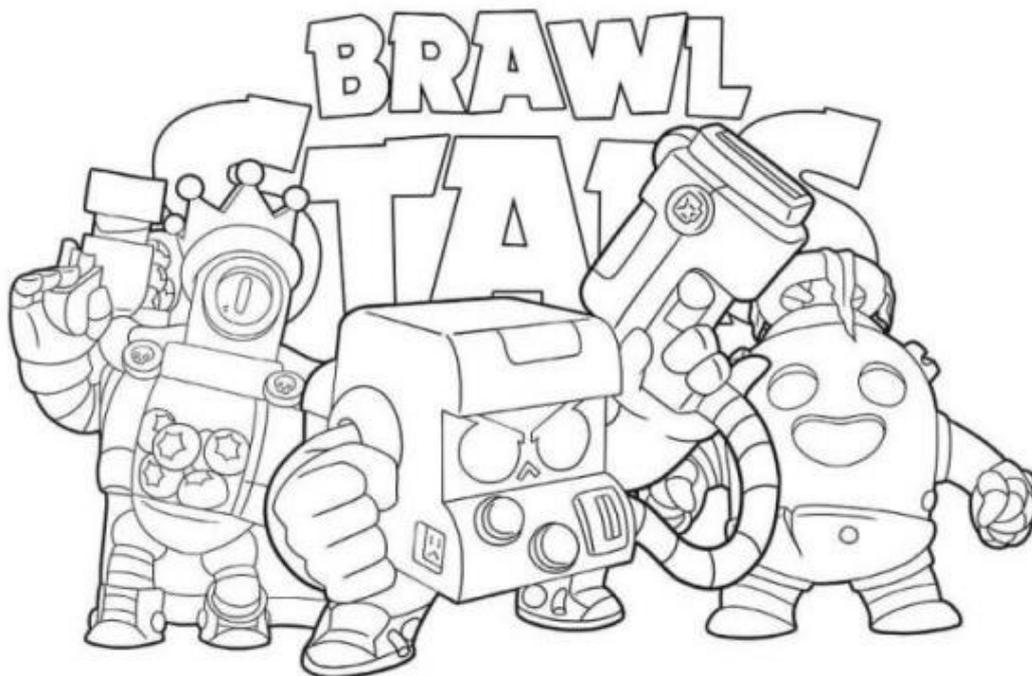
Brawl Stars

Brawl Stars est un jeu vidéo multijoueur disponible sur mobile. On y joue en équipes ou en solo dans différents modes comme **Brawl Ball**, **Gem Grab**, ou **Heist**. Chaque mode a des objectifs différents : marquer des buts, ramasser des gemmes ou protéger un coffre.

Le jeu propose plusieurs personnages, appelés **Brawlers**, chacun avec des pouvoirs uniques. Tu peux les débloquer et les améliorer pour devenir plus fort.

Il existe aussi des tournois e-sport ! Les meilleures équipes du monde s'affrontent dans des compétitions comme le **Brawl Stars Championship**.

C'est un jeu très amusant, mais il faut jouer en équipes et bien réfléchir pour gagner !



Rocket League

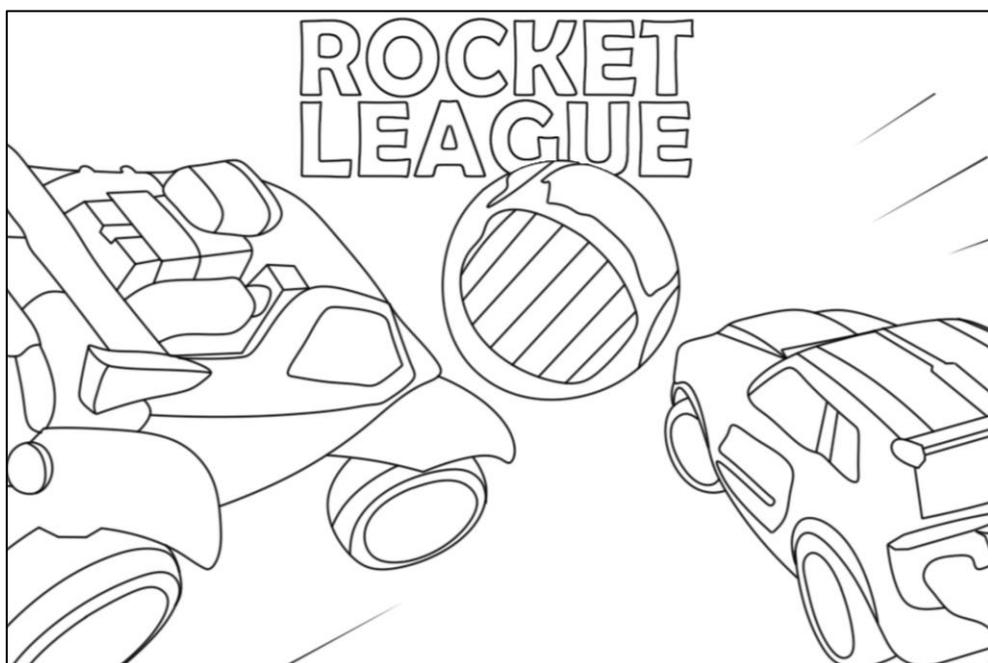
Rocket League est un jeu vidéo où on joue au football... avec des voitures ! Le but est de marquer des buts dans le camp de l'équipe adverse en conduisant une voiture qui peut sauter, rouler sur les murs et même voler grâce à un turbo.

Tu peux jouer seul, en duo ou en équipes, et choisir parmi différents modes de jeu.

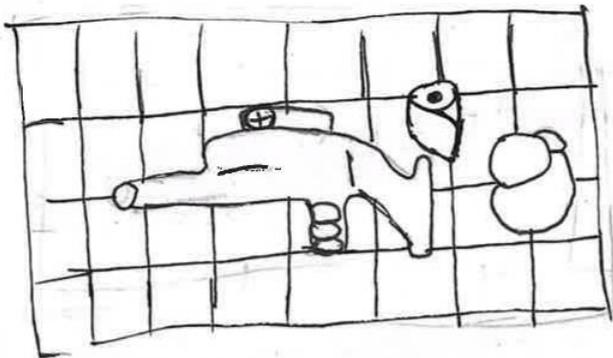
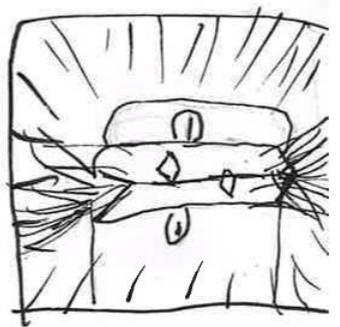
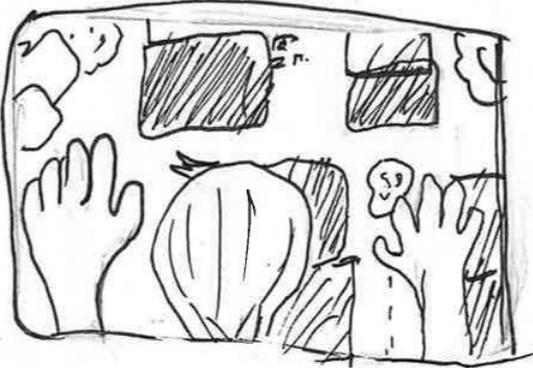
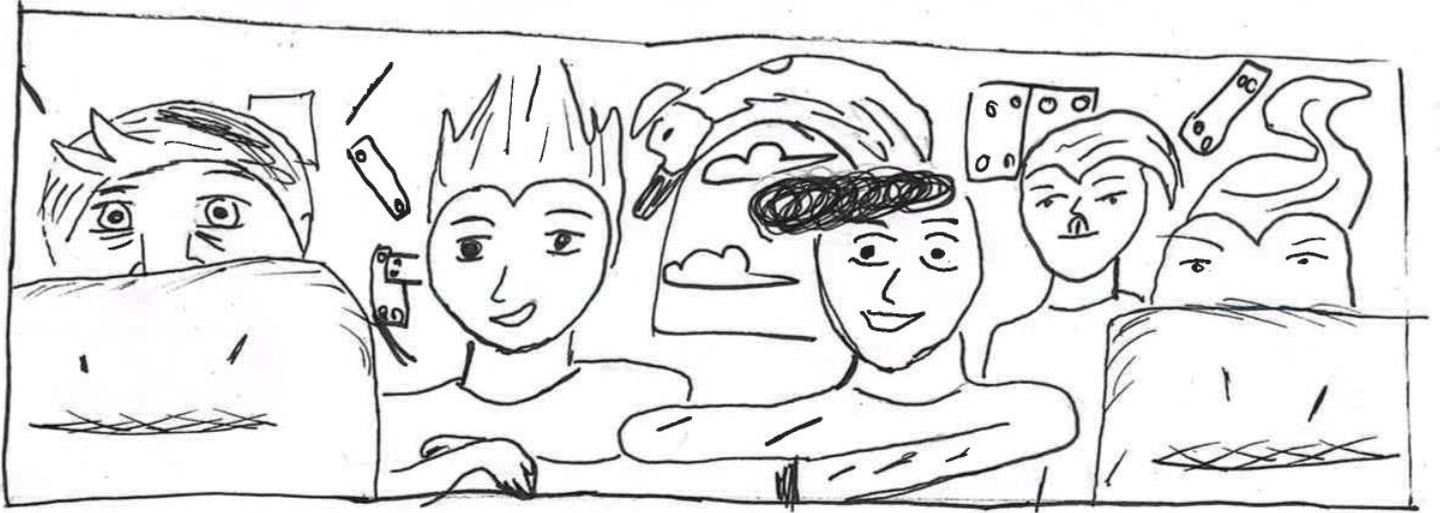
Chaque partie est rapide et intense !

Ce jeu est aussi très populaire dans l'e-sport. Il existe des compétitions comme les **Rocket League Championship Series** où les meilleures équipes du monde s'affrontent pour gagner.

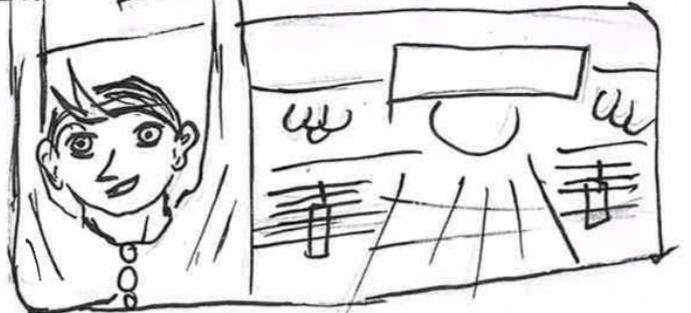
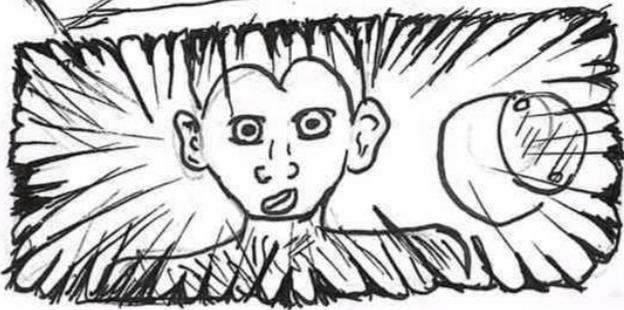
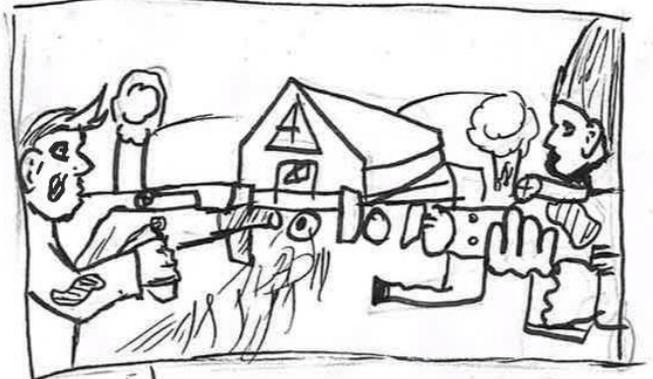
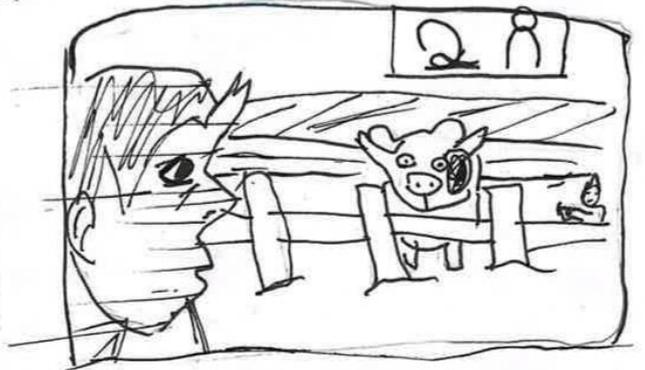
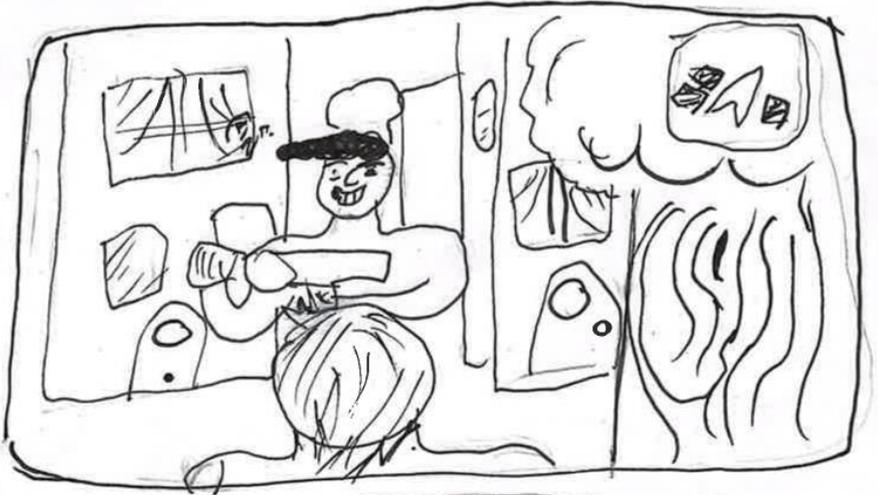
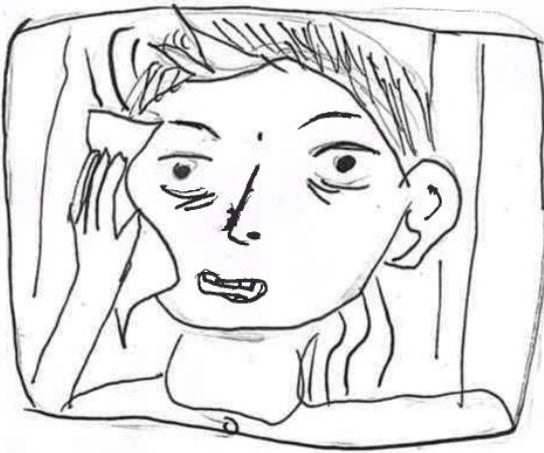
Rocket League est disponible sur plusieurs plateformes et il est très amusant pour tous les âges !



Le jeu



par Achille (Auteur) & Niels (assistant) & Adriaan (démonteur).



La signalétique PEGI

La signalétique PEGI (Pan European Game Information) sert à indiquer l'âge minimum conseillé pour jouer à un jeu vidéo. Elle aide les parents et les joueurs à choisir des jeux adaptés.

Les catégories sont : **3, 7, 12, 16 et 18 ans**. Ces chiffres montrent si le contenu est approprié pour un certain âge. En plus, des icônes expliquent les raisons, comme la violence, le langage grossier ou les achats en ligne.

				
Exemples de jeux par niveaux d'âge				
				
# FIFA # Mario Kart # Just Dance	# Rayman # Sonic # Skylanders	# SIMS # World of Warcraft # League of legends	# Uncharted # Call of duty Ghosts # Halo	# Assassins Creed # Call of Duty BLACK OPS # Farcry

PEGI est une aide précieuse pour jouer en toute sécurité !

Il est parfois tentant de jouer à des jeux vidéo qui ne sont pas adaptés à notre âge, surtout quand on voit que nos copains y jouent déjà. Mais il ne faut pas brûler les étapes !

Les âges indiqués par PEGI sont là pour une bonne raison : ils permettent de profiter pleinement du jeu au bon moment. En attendant d'avoir l'âge recommandé, tu évites des contenus qui pourraient te choquer ou te déranger. Et quand le moment sera venu, le jeu sera encore plus amusant et adapté pour toi !

Alors, sois patient, et profite des jeux qui te correspondent aujourd'hui. Chaque chose en son temps ! 😊

Tu as déjà vu ces images, mais connais-tu leur signification ?

Ces petits symboles, que l'on retrouve souvent au dos des boîtes de jeux vidéo, ne sont pas là par hasard. Ils font partie des **descripteurs PEGI**. Leur rôle ? T'informer sur le contenu du jeu et expliquer pourquoi il a une certaine classification d'âge.

Chaque symbole a une signification précise : il peut indiquer la présence de violence, de langage grossier, de contenu effrayant, ou encore d'achats intégrés. Connaître leur signification, c'est mieux comprendre ce à quoi tu joues et pourquoi certains jeux sont plus adaptés à un âge qu'à un autre.

Alors, es-tu capable de reconnaître ces symboles et de deviner ce qu'ils veulent dire ? Apprends à les décrypter pour jouer en toute sécurité !



Le jeu comporte des dialogues (écrits ou lus) utilisant des expressions grossières.



Le jeu présente ou se réfère à l'usage de drogues.



Le jeu comprend des scènes violentes, y compris de type cartoonnesque.



Ce jeu contient des images susceptibles d'inciter à la discrimination.



Le jeu comprend des scènes de nudité et/ou des comportements ou des allusions de nature sexuelle.



Le jeu présente des éléments qui peuvent effrayer, notamment les jeunes enfants.



Le jeu incite à pratiquer des jeux de hasard ou en enseigne les règles.



Le jeu permet d'acheter des biens virtuels avec de l'argent réel.

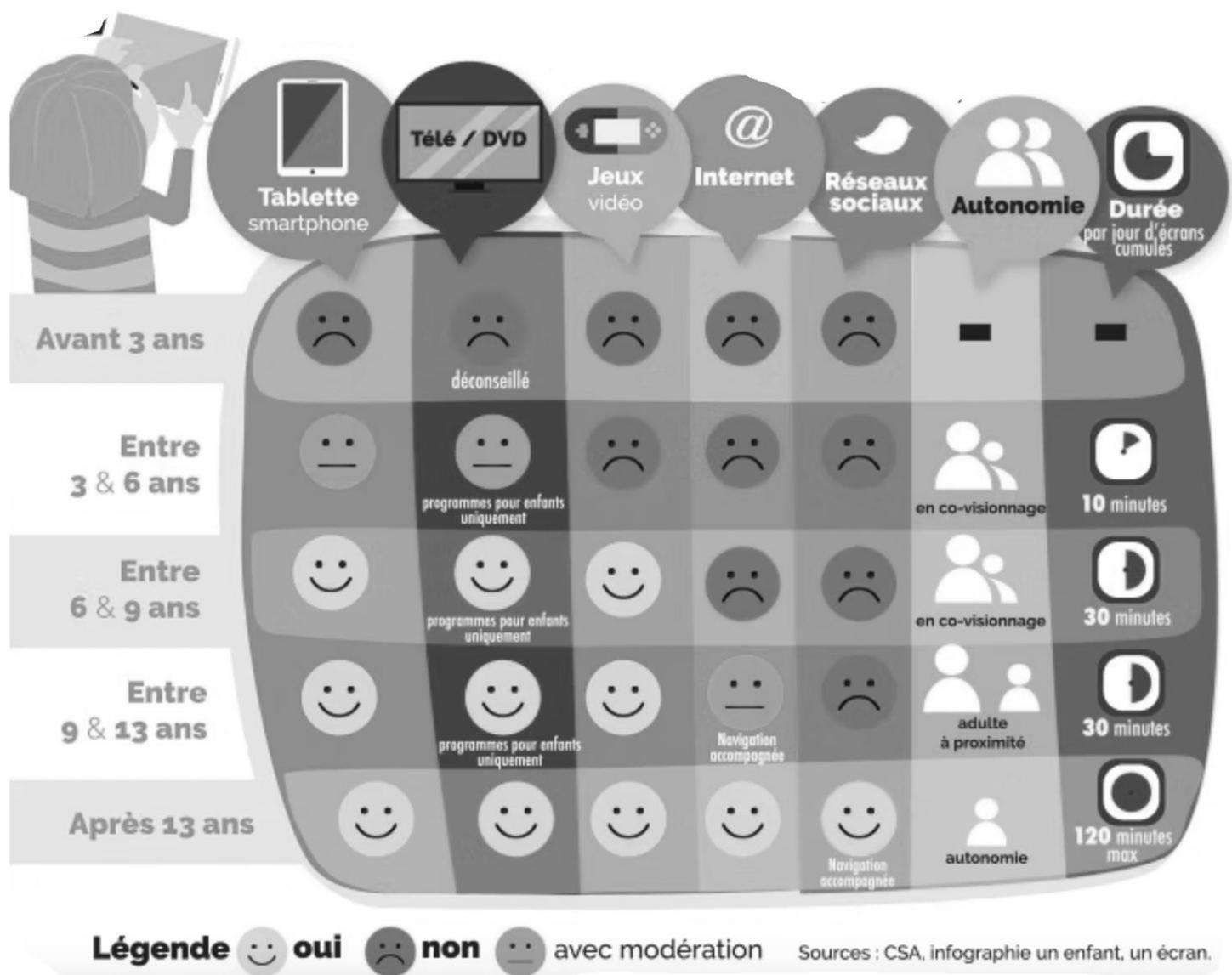
Regarde les jeux auxquels tu joues, correspondent-ils à ton âge ?

Les écrans : des alliés, mais avec modération

Les écrans sont partout dans notre vie : ils nous permettent d'apprendre, de communiquer et de nous divertir. Mais comme pour tout, il est important de les utiliser avec modération. En limitant le temps passé devant les écrans, en restant vigilant face aux dangers, et en profitant des bons côtés, tu peux tirer le meilleur de ces outils fantastiques.

Alors, souviens-toi : les écrans sont des alliés, à condition de ne pas en abuser. Et n'oublie pas de te déconnecter de temps en temps pour jouer dehors, lire un bon livre ou passer du temps avec tes amis et ta famille.

À toi de trouver l'équilibre ! 😊



Nous espérons que ce numéro vous a plu !

Dans le prochain, nous parlerons d'un sujet super important : l'écologie !

Pourquoi protéger la planète ?

Que peut-on faire, même à notre échelle, pour prendre soin de la nature ?

Vous y trouverez des astuces, des idées et le compte-rendu de ce qui se fait déjà dans notre journal pour aider la nature.



Et bien sûr, vous découvrirez aussi les résultats de l'enquête sur les écrans que vous avez reçue en annexe. Alors, n'oubliez pas de la remplir et de la remettre à votre institutrice !

On a hâte de vous retrouver pour ce nouveau numéro. À très vite !