

ECHANGES DÉBATS SUR LES RESEAUX SOCIAUX

# Les JEUNES et les RÉSEAUX SOCIAUX



## Synthèse de l'atelier du 7 juin




au CENTRE SOCIAL CAF,  
avec l'association Générations  
Solidaires et Citoyennes.

# Résumé

Le 7 juin 2023, un atelier préventif sur les réseaux était co-animé par Michel et Benjamin au centre social CAF, avec l'association GSC. Merci au centre social CAF pour l'accueil et aux participants pour vos contributions !

L'atelier a réuni **une vingtaine de participants**, de différentes générations, en majorité des collégiens, lycéens et parents. Pour un ou deux, l'atelier repassait en revue des aspects des réseaux sociaux déjà connus, pour d'autres c'était l'occasion **d'écouter, d'exprimer** ses **besoins**, ses **émotions**, et chercher des **alternatives** pour l'été.

- *Ce que je retiendrai de cet atelier, c'est qu'on subit notre information, plutôt que d'aller la chercher.*
- *Je n'étais pas au courant des risques.*

Les participants ont apprécié les temps individuels de questionnement, comme les temps collectifs d'échanges, et ont proposé des solutions concrètes pour les trois prochains mois, avec un fort intérêt pour le sport et les activités physiques !   

# Atelier 1-2-4-tous

Je vais sur les réseaux sociaux pour...

Mes besoins

**Sociabiliser, contacter des amis, parler / discuter, échanger, communiquer, avec des personnes du quartier** (8 ✨)

**Me divertir, passer / tuer le temps** (6 ✨)

**M'informer**

Ils me font sentir...

Mes émotions

**Bien** (je prend des nouvelles de la famille, amie), **normal, satisfait, souriant, de la joie**

**Un sentiment d'imperfection**

**Frustré.e et/ou en colère, coupable** (ou victime?), **temps perdu**

**Toutes les émotions se mélangent, je peux me sentir perturbé** (rire, colère, pensif...)

Voir aussi [mtpcours.fr/uploads/Temoignages\\_reseaux\\_sociaux\\_Montpellier\\_mai\\_2023.pdf](https://mtpcours.fr/uploads/Temoignages_reseaux_sociaux_Montpellier_mai_2023.pdf)

# Atelier 1-2-4-tous

*Je pense...*

*Faire du sport (8 ✨), des loisirs.*

*Sortir (6 ✨), faire des rencontres,*

*retrouver des proches, privilégier le contact hors réseaux sociaux.*



*M'informer sur le monde qui nous entoure, m'informer autrement des dangers.*

*Discuter, échanger, en parler.*

👉 Voir aussi [mda34.org](https://mda34.org) (la maison des adolescents), [promeneursdunet.fr](https://promeneursdunet.fr) (herault), et [cnil.fr/fr/mission-1-informer-protéger-les-droits](https://cnil.fr/fr/mission-1-informer-protéger-les-droits)

*Créer une appli qui remplace les réseaux sociaux.* 👉 Voir [FramaSoft](#)



*Limiter le temps d'écran, arrêter d'aller sur les réseaux sociaux, ne pas rester dessus, avoir un temps de pause.* 👉 Voir aussi :

[Écrans et santé: il est urgent d'agir !](#)  
(Mediapart) et l'asso [Lève les yeux !](#)

