

RECONNECTER AVEC LA RÉALITÉ:

ALLER AU-DELÀ DU TEMPS D'ÉCRAN

MÉMOIRE RÉDIGÉ DANS LE CADRE DE LA
JOURNÉE D'ACTION POLITIQUE 2025



politique@fmeq.ca

@la_fmeq

La Fédération médicale étudiante du Québec représente les quatre associations étudiantes médicales du Québec, soit près de 5000 étudiants en médecine du Québec. Son rôle principal est de défendre et de promouvoir les intérêts spécifiques aux étudiants en médecine du Québec en matière pédagogique, politique et sociale. À titre de représentante de la relève médicale, elle s'exprime aussi sur divers enjeux du système de santé et promeut par ses interventions des soins plus justes et efficaces.

CONSTATS

- Plusieurs auteurs lient l'augmentation des taux de dépression, d'anxiété, d'automutilation et de suicide chez les jeunes depuis les années 2010 à l'utilisation accrue des réseaux sociaux et des écrans.
- Au-delà du temps d'écran, l'usage problématique des écrans, analogue aux symptômes de dépendance, prédit mieux les conséquences négatives sur le bien-être des jeunes.
- En 5^e année du primaire, le tiers des enfants possèdent un téléphone intelligent et le quart ont au moins un compte sur les réseaux sociaux (contre 7 jeunes sur 10 en secondaire 1), alors que de nombreux experts recommandent une introduction plus tardive de ces technologies.
- Les dernières données du Programme international pour le suivi des acquis des élèves (PISA) notent une diminution de la littératie et de la numératie chez les étudiants utilisant fréquemment les écrans à l'école; pourtant, le Québec continue de promouvoir et d'investir dans l'expansion du numérique à l'école.
- Pour maximiser leurs revenus, les plateformes de réseaux sociaux ont intérêt à ce que leurs utilisateurs y passent le plus de temps possible pour utiliser leurs données et leur attention à des fins publicitaires. Pour lutter contre ces pratiques agressives, l'Union européenne a adopté en 2018, le Règlement général sur la protection des données (RGPD), un des cadres législatifs les plus stricts au monde en matière de protection des données personnelles.

RECOMMANDATIONS

- Élaborer des **lignes directrices nationales par tranche d'âge** sur l'introduction des technologies et des plateformes numériques en incluant les risques associés.
- Instaurer une **majorité numérique fixée à 15 ans**, soit l'âge minimal pour s'inscrire sur les réseaux sociaux et partager ses données personnelles.
- Lancer un **projet pilote d'école sans écrans** pour évaluer les impacts sur la réussite scolaire, les relations interpersonnelles et la santé des élèves.
- **Renforcer les protections juridiques des enseignants** dans l'application de la directive ministérielle actuelle interdisant l'utilisation d'appareils numériques personnels en classe.
- Adopter une **directive ministérielle** interdisant l'achat d'appareils numériques individuels à des fins pédagogiques (par exemple, des tablettes appartenant aux élèves).
- Adopter un **encadrement législatif plus strict** sur la protection des données personnelles au Québec, inspiré du RGPD.