



# Jeux vidéo en ligne

## Y a-t-il des avantages ? Des dangers ?

Avec les intervenants d'Action Innocence Monaco nous avons parlé des jeux vidéo, de leurs avantages et de leurs dangers et aussi de l'âge recommandé pour jouer aux jeux en nous référant au système PEGI.

### CE QU'IL FAUT RETENIR

#### # Le jeu vidéo a de nombreux avantages dont les principaux sont :

- Développe le travail d'équipe, le lien avec les autres
- Renforce l'estime de soi : aide l'enfant à se sentir mieux
- Développe la logique, la dextérité, la mémoire, la vue, la logique ...
- Améliore la capacité de résolution des problèmes
- Développe la créativité

#### # Mais il y a aussi des dangers qui sont

- Les jeux gratuits ne le sont pas vraiment car par la suite tu dois acheter des passes de combat, de la monnaie virtuelle (V-Buck), des accessoires pour passer des niveaux ou paliers, fais attention !
- En discutant dans le jeu avec des personnes que tu ne connais pas dans la vraie vie. Rappelle-toi tu ne sais jamais qui se cache derrière l'écran. Si un joueur n'est pas correct, bloque-le, rends le muet.
- En ne maîtrisant plus le temps passé devant ton écran cela peut avoir des répercussions sur ton humeur, ton alimentation, ton travail scolaire ... établis une charte avec tes parents ! Pense au contrôle parental.
- La lumière bleue (lumière des écrans) peut avoir des répercussions sur ton sommeil. Stop les écrans même la télé 1h30 avant le coucher !

# Il est conseillé de se référer au système PEGI dans le choix d'un jeu vidéo pour savoir l'âge conseillé pour ce jeu et ce pour t'éviter de voir des images choquantes ou gênantes (<https://pegi.info/fr>)

# Choisis un pseudo et un mot de passe sans information personnelle (nom, prénom, date de naissance). Ne donne jamais ton mot de passe même pas à ton meilleur ami.

# Des questions, des doutes ? n'hésites pas à en parler avec un adulte !

# NUMEROS UTILES

## 2 numéros utiles en Principauté de Monaco où trouver de l'écoute :

- Allô parent Monaco : tel 8000 2222 (appel gratuit et anonyme)
- La Section des Mineurs : tel (+377) 93 15 31 58

**Enfants en danger ?  
Parents en difficulté ?**  
Le mieux,  
c'est d'en parler !

**119**  
24h APPEL GRATUIT 7j  
ALLÔ ENFANCE EN DANGER

[www.allo119.gouv.fr](http://www.allo119.gouv.fr)

**NON AU HARCÈLEMENT**

Numéro d'appel national

**3020**

**fil santé jeunes**  
Pouvoir en parler

**0800 235 236**  
Appel confidentiel, anonyme et gratuit

**net écoute.fr**

**N°Vert 0 800 200 000**  
APPEL GRATUIT DEPUIS UN POSTE FIXE