



ASSEMBLÉE NATIONALE

29ème édition du Parlement des enfants

PROPOSITION DE LOI

**visant à limiter les risques d'addiction aux réseaux sociaux
chez les jeunes,**

présentée par

la classe de CM2 de l'école élémentaire de Saint-Drézéry,

Adresse de l'établissement : Allée de la liberté – 34 160 Saint-Drézéry

Académie : Montpellier

Circonscription : Castelnau-le-Lez

Députée : Mme Fanny Dombre-Coste

EXPOSE DES MOTIFS

Les réseaux sociaux sont utilisés quotidiennement par les jeunes pour s'amuser, se détendre, s'informer : 68 % des jeunes interagissent socialement, 60 % s'informent, 51 % se divertissent, 27 % suivent des influenceurs et 61 % y passent du temps sans but précis.

Les réseaux sociaux présentent plusieurs intérêts pour les utilisateurs : lien social, accès à l'information, découvertes. Ils génèrent des émotions positives chez les jeunes. Mais ils activent aussi le circuit de la « récompense », circuit cérébral de production de dopamine, qui intervient dans les addictions. Les notifications, « likes », « flammes » sont conçus pour interrompre constamment l'utilisateur et capter son attention.

Selon l'OMS (septembre 2024), 11 % des adolescents européens ont une utilisation problématique des réseaux sociaux avec des symptômes identiques à ceux d'une addiction : difficulté à se déconnecter, impact sur l'humeur, troubles du sommeil, difficultés de concentration, isolement social.

Nous proposons d'améliorer l'environnement numérique pour protéger les jeunes de la dépendance et les accompagner vers un usage raisonné et conscient.

Article 1^{er}

Sur l'ensemble des réseaux sociaux, les comptes des mineurs se mettent automatiquement en pause de 22h à 7h.

Article 2

Les systèmes de récompense type « like », « flamme » qui encouragent une utilisation quotidienne sont interdits sur l'ensemble des réseaux sociaux.

Article 3

Les notifications sont autorisées uniquement pour les messages provenant directement d'un contact du carnet d'adresse. Elles sont désactivées sur le compte d'un mineur pour les messages provenant d'un groupe, les actus et les publicités.