



## **Mémoire de l'Association des intervenants en dépendance du Québec**

**L'utilisation problématique des écrans chez les jeunes :  
s'informer et se former pour mieux intervenir**

**Juin 2021**

## Mise en contexte

---

Aujourd'hui, 96 % des jeunes québécois.e.s âgé.e.s de 6 à 17 ans font usage d'au moins un appareil électrique à la maison ou ailleurs. L'on constate d'ailleurs que plus du tiers (40 %) des jeunes du secondaire (13-17 ans) passent 11 heures ou plus par semaine devant un écran, dépassant ainsi le temps maximum recommandé par les expert.e.s.<sup>1</sup>

L'omniprésence et le développement des nouvelles technologies et usages numériques qui facilitent un accès en tout lieu et à tout moment de la journée suscitent une exposition aux écrans à un âge de plus en plus précoce. Cette présence accrue fait partie du quotidien des jeunes, tant à la maison, qu'à l'école ou au travail, et ce à des fins éducatives, récréatives ou encore d'emploi. Malgré l'utilité et les effets bénéfiques indéniables des écrans, leur utilisation, lorsqu'elle est associée à une perte de contrôle et affecte les autres domaines de la vie de la personne, devient problématique.

En effet, selon l'Organisation mondiale de la Santé (OMS), l'usage excessif des écrans aurait des répercussions négatives importantes sur la santé physique telles que la sédentarité, l'obésité, des troubles du sommeil, des troubles musculosquelettiques, des problèmes de vision et d'audition, ainsi que des risques d'accidents, de blessures et d'infections. L'usage excessif entraîne également des conséquences sur la santé psychosociale, notamment le harcèlement et la cyberintimidation, le retrait ou l'isolement social, des comportements agressifs, des comportements sexuels à risque, ainsi que des problèmes familiaux et des difficultés à l'école ou au travail.<sup>2</sup> Par ailleurs, les diverses instances gouvernementales et institutions en santé s'entendent pour dire que ces risques peuvent être exacerbés par le contexte de la pandémie.

Les « dépendances comportementales » affectent les mêmes circuits cérébraux que les dépendances à l'alcool, au tabac ou aux drogues. L'existence d'une dépendance aux écrans fait régulièrement débat entre spécialistes. En 2018, l'OMS a reconnu le trouble lié aux jeux vidéo (*gaming disorder*), en l'intégrant à la classification internationale des maladies (CIM 11), une condition qui nécessite néanmoins davantage de recherches. Toutefois, au-delà des débats sémantiques, une reconnaissance scientifique s'établit autour de l'existence d'usages problématiques des écrans.

## Un enjeu de société de plus en plus préoccupant

---

C'est à ce titre que l'Association des intervenants en dépendance du Québec (AIDQ) apporte son expertise par le dépôt de ce mémoire. En effet, parmi ses membres, l'AIDQ compte de nombreuses organisations et des intervenant.e.s provenant des secteurs communautaire, public, parapublic, privé, de la recherche ou encore de l'éducation, qui œuvrent auprès des personnes vivant avec une dépendance aux écrans ou à risque de le devenir. L'utilisation croissante des écrans amène d'année en année, un plus haut taux de consultation et d'admission pour plusieurs des membres de l'AIDQ. De plus, les problématiques sont perçues comme étant de plus en plus complexes, liées parfois à plus d'une dépendance, dont celle liée à l'usage de substances psychoactives. Cette perception de complexité repose notamment sur une réalité encore méconnue et l'absence d'une structure efficace permettant la détection et la prise en charge efficaces de telles problématiques.

En ce sens, la pandémie a exacerbé les risques auprès des jeunes, qui se sont souvent vu isoler en raison des mesures sanitaires, telles que les mesures de distanciation physique et le confinement, et de l'accès restreint aux services.<sup>3</sup> En exemple, la diminution des relations entre les intervenant.e.s sur le terrain et les jeunes, contribue à une réduction de la sensibilisation et de la prévention, que ce soit lors de festivals ou encore dans les établissements scolaires. La vigilance des parents semble être également mise en cause, alors qu'eux-mêmes vivent le phénomène de la hausse de l'utilisation des écrans, une situation qui se reflète chez certains des membres de l'AIDQ par une baisse de signalements. Il est à noter que depuis un an, plusieurs organisations du milieu ont reçu un record d'appels, parfois plus du double de l'année précédente, sans toutefois voir leur nombre de références augmenter, certains organismes ayant d'ailleurs un nombre moindre de références par rapport à la période d'avant pandémie.

Il est important de noter également le besoin croissant en formation des membres et non-membres de l'AIDQ, tel qu'en témoigne la popularité des activités de transferts de connaissance et de formations offertes par l'Association ces dernières années, notamment depuis la pandémie. Celles-ci se sont tenues à guichet fermé, suscitant la reprise de certaines, dont l'une à l'automne prochain. Il est à noter que dans bien des cas, le réflexe de la personne qui intervient auprès des jeunes est de référer vers un service en dépendance, alors que la problématique est plutôt d'ordre psychosocial. De plus, en vertu de la concomitance avec d'autres troubles, les stratégies d'intervention doivent être vues en fonction de la globalité de la problématique, et ainsi travaillées en partenariat avec les autres ressources en santé mentale et en dépendance. Ainsi, au-delà de se former, en exemple, sur la cyberdépendance ou l'utilisation problématique d'Internet, les intervenant.e.s ont également un fort besoin de formation en ce qui a trait à l'usage d'écrans pour joindre ces clientèles à risque. Cet aspect est d'autant plus important afin d'assurer une prise en charge efficace des jeunes.

## L'usage des écrans : une pratique de plus en plus ancrée dans le milieu

---

Le milieu de la dépendance, tout comme bien d'autres secteurs, a au cours des dernières années, tout particulièrement depuis la pandémie, dû s'adapter à l'évolution des technologies, qui influent sur la sensibilisation, la prévention, la réduction des méfaits et le traitement des personnes qui vivent avec une dépendance ou à risque de le devenir. En effet, pour joindre les jeunes efficacement et en plus grand nombre,

il a fallu utiliser les moyens de communication que ceux-ci privilégient, et donc, par le fait même les écrans. Cette utilisation des écrans a connu un essor particulier en ces temps de pandémie, alors que de nombreux organisations et intervenant.e.s ont dû adapter leurs services vers le numérique, que ce soit via les plateformes zoom ou les médias sociaux. En exemple, certaines organisations membres de l'AIDQ ont créé des vidéos quotidiennes, des plateformes Internet, des lignes de support par texto, des lignes de clavardage sur le site Internet, développé leur présence sur les réseaux sociaux, tenu des ateliers ou des rencontres individuelles via les écrans, que ce soit pour des consultations, des traitements, des services d'après-soin, ou encore des suivis avec les personnes inscrites sur la liste d'attente.

Cette transformation numérique s'est également reflétée par l'adaptation de la pratique d'intervention et par le développement de politiques et d'outils pour répondre à un tel contexte de proximité non physique qui comporte des enjeux spécifiques. En effet, il est entendu par plusieurs des membres de l'AIDQ que de telles interventions peuvent comporter certaines limites comparativement à une intervention en présentiel, que ce soit en raison des difficultés techniques, des conversations asynchrones, des enjeux d'ordre cliniques ou éthiques ou encore des défis liés à une approche dite plus passive. Toutefois, l'utilisation de plateformes telles que Zoom ou encore les médias sociaux, permet de joindre des jeunes qui ne seraient joints autrement et de créer des liens qui répondent à leurs besoins.

De nombreux outils ont été mis en place pour atténuer les impacts négatifs de l'utilisation des écrans dans le milieu. Toutefois, beaucoup de chemin reste à faire, particulièrement pour les organisations qui ont vécu cette transformation vers la télépratique en pleine pandémie, leur expérience étant plutôt récente et leur niveau de connaissances limitées en la matière. Parmi les actions mises en place par le milieu, notons la tenue d'activités de transferts de connaissance et de formation. En exemple, l'AIDQ à travers son offre de service, en collaboration avec ses partenaires et membres, a offert aux intervenant.e.s du milieu élargit de la dépendance des conférences, webinaires et formations sur l'utilisation problématique des écrans, la cyberdépendance, l'intervention à distance en temps de pandémie, l'intégration des technologies en intervention, de même que des capsules vidéos sur le sujet et des boîtes à outils.

Mentionnons également la tenue d'activités de sensibilisation du milieu et le développement d'outils tant pour les intervenant.e.s que pour les personnes qu'elles servent, telles la campagne PAUSE réalisée par Capsana, et le partage de ceux-ci à travers les réseaux sociaux et infolettres des divers membres de l'AIDQ. La sensibilisation s'effectue également par les représentations médiatiques de l'AIDQ et de ses membres portant sur le sujet. À cela s'ajoute les nombreuses recherches sur le sujet réalisées par des chercheur.euse.s du milieu de la dépendance provenant des établissements universitaires, qui contribue à établir des pratiques efficaces basées sur des données probantes. Enfin, notons la création d'outils d'intervention tels que DÉBAT-Internet, permettant la détection d'une utilisation problématique d'Internet chez les adolescents et les adultes ou encore le Questionnaire Virtuado II, développé pour permettre l'évaluation des adolescents cyberdépendants dans les centres de réadaptation en dépendance du Québec.

## **Enjeux à considérer en matière d'utilisation des écrans chez les jeunes d'âge scolaire**

---

Nombreux sont les enjeux observés dans le milieu en matière d'utilisation des écrans chez les jeunes d'âge scolaire. Parmi les enjeux majeurs, particulièrement depuis le début de la pandémie, mentionnons le temps d'écran, combiné au type d'écran et le moment où ceux-ci sont utilisés, des facteurs déterminant dans la saine utilisation des médias. Parmi les autres facteurs d'importance, le contenu et le contexte d'utilisation, en corrélation avec la situation socioéconomique et familiale, peuvent également avoir des effets sur une saine utilisation des écrans. En plus d'avoir une incidence sur la santé physique et mentale des jeunes, cet usage peut contribuer à susciter différents sentiments tels l'aliénation et l'exclusion sociale, ou affecter les principaux mécanismes de développement de relations sociales ou de l'identité, affectant par le fait même des troubles de comportement.<sup>4</sup>

En raison du manque de consensus sur la définition et la récurrence du phénomène, il est difficile de bien cerner la prévalence de l'utilisation problématique des écrans/dépendance aux écrans. Toutefois, certaines études démontrent la prévalence de certains usages. En exemple, selon Magalie Dufour, au Québec, 1,3 % des adolescents présenteraient une problématique d'utilisation d'Internet et 18 % auraient une utilisation à risque (Dufour et coll., 2016). En ce sens, il est essentiel de distinguer l'hyperconnectivité de la dépendance et d'agir en prévention, afin de limiter les effets néfastes d'un usage excessif des écrans et assurer des pratiques d'intervention efficaces pour venir en aide aux personnes, notamment celles vivant avec une dépendance aux écrans ou à risque de le devenir.

Il est important de considérer qu'un.e jeune n'a pas les mêmes savoirs, ni les mêmes vécus et expériences qu'un.e adulte, et qu'en ce sens ils.elles n'ont pas les équipements de base pour identifier qu'ils.elles ont besoin d'aide ou encore comment demander de l'aide, ni à qui la demander. Le niveau de confiance et les moyens de l'établir ou de la construire ne sont encore là, pas les mêmes qu'un.e adulte, influant ainsi sur l'accessibilité aux services. La pandémie a exacerbé cet enjeu, l'isolement contribuant à une perte de repères et un accès plus difficile aux ressources qui pourraient venir en aide. Il en est de même pour les familles des jeunes qui ne sont pas plus outillées face à cette situation, un entourage, dont l'implication est non-négligeable dans l'atteinte des objectifs fixés pour le traitement/rétablissement des jeunes. En ce sens, il est essentiel que le déploiement des services soit effectué, non pas à géométrie variable, mais plutôt de façon structurée. Il est également essentiel que les personnes qui interviennent dans la vie des jeunes soient informées et formées sur les enjeux de l'utilisation des écrans et sachent comment agir en situation d'usage problématique des écrans. Enfin, il faut qu'un appui financier plus important soit accordé aux organisations œuvrant auprès des jeunes, notamment pour les services offerts à l'entourage.

## **Populations à risques**

---

Les populations à risque sont liées fortement aux facteurs de risques environnementaux tels qu'un contexte social hyperconnecté ; un.e jeune souffrant de maltraitance, de violence, de négligence ou d'intimidation ; un.e jeune isolé.e ou vivant dans un contexte familial où le soutien, la supervision et les règles sont déficientes, voire absentes ; l'absence ou le manque de réseaux ou d'activités sociales. Le contexte socioéconomique influe bien entendu également sur les risques d'une utilisation problématique des écrans. Comme pour les autres dépendances, la concomitance avec les troubles de santé mentale, troubles du spectre de l'autisme et autres dépendances est également à considérer fortement dans l'accroissement des risques liés à l'usage des écrans et la prévalence d'une dépendance face à ceux-ci.<sup>5</sup> Selon l'étude de Virtuado réalisée en 2018, 97,5 % des participant.e.s ayant un usage problématique des écrans avaient également un trouble de santé mentale et 27,5 % avaient aussi un trouble lié à l'usage de substances psychoactives.

## Rôles et type d'encadrement pouvant être réalisés

---

### Réseau de l'éducation/milieu scolaire (dans un contexte d'enseignement en présentiel)

- Instaurer des politiques internes et structurer l'utilisation des écrans dans le cursus pédagogique, en tenant compte de l'accessibilité et des connaissances technologiques des jeunes.
- Assurer l'accès à du matériel technologique et à des lieux fiables et sécuritaires (ex. pare-feu, contrôle de navigation) et identifier les risques et les mesures à prendre en cas de mauvaise utilisation des écrans à l'école (ex. sécurité, cyberintimidation).
- Sensibiliser les jeunes quant à la sécurité numérique et la responsabilité citoyenne et leur donner les connaissances et l'encadrement nécessaires, encourageant la réflexion critique face aux contenus et permettant un jugement plus éclairé quant aux choix à faire et règles à respecter concernant les différentes plateformes.
- Promouvoir une utilisation saine et équilibrée des écrans et outiller les jeunes en ce sens, en favorisant par exemple l'accès à des activités ou outils de sensibilisation liés à l'utilisation des écrans, tels que des outils d'autorégulation.
- Former les enseignant.e.s pour que ceux.celles-ci soient en mesure de détenir les bonnes connaissances quant à l'utilisation des écrans, afin d'adapter leurs méthodes d'enseignement et de pouvoir transmettre des messages adéquats aux jeunes.
- Former l'ensemble des intervenant.e.s du milieu éducatif à reconnaître les signes et symptômes d'utilisation problématique des écrans/dépendance, versus l'hyperconnectivité et à référer ou intervenir selon leur rôle et compétence.
- Développer des trousseaux d'outils destinés aux éducateur.trice.s et autres intervenant.e.s du milieu pédagogique.
- Sensibiliser les parents d'élèves via des communications ciblées.

### Familles/Parents/Tuteur.e.s

- Limiter le temps d'exposition aux écrans tout confondu selon les recommandations des expert.e.s, maintenir des périodes où l'usage est interdit (ex. heure du repas, coucher) et instaurer une routine et des rituels familiaux (ex. repas en familles, activités de fin de semaine).
- Instaurer une entente parent-enfant en termes d'utilisation des écrans et assurer une constance dans l'application de ces règles, selon la capacité et l'âge de l'enfant.
- Atténuer les risques par une présence assidue et une surveillance du contenu (ex. veille, mot de passe, contrôle parental), en fonction de l'âge et des capacités de l'enfant.
- Favoriser les utilisations constructive et positive des écrans (ex. contenu pédagogique, activités actives, participation du parent) et accompagner le.la jeune dans son apprentissage de l'utilisation des écrans (ex. autorégulation, mise en valeur du bien-être mental, choix de contenus, sensibilisation aux applications et site Internet nuisibles pour la santé mentale, comportements acceptables et inacceptables en ligne).
- Apporter un soutien familial et assurer la qualité des relations interpersonnelles (parent-enfant).
- Donner l'exemple d'une utilisation saine (ex. autoévaluation des habitudes, moments sans écran, écran au volant).
- Être attentif à l'utilisation des écrans et aux habitudes de leur usage impactant sur les habitudes de vie et surveiller les signes d'usage problématiques (ex. impact sur les bonnes habitudes de vies et les besoins de base, manifestation d'ennui ou frustrations en cas d'absence d'écran, forte opposition face aux limites de temps d'écran, émotions négatives liées à l'usage des écrans).
- Demander de l'aide en cas d'utilisation problématique (ex. ressources scolaires, médecin de famille, organismes communautaires) et s'impliquer dans le processus de traitement/rétablissement avec les ressources d'aide.

### Milieu de travail

- Fournir un équipement fiable et sécuritaire (ex. pare-feu, contrôle de navigation, etc.) et une formation adéquate quant à l'utilisation des technologies.
- Se doter de politiques internes quant à l'utilisation des écrans en contexte de travail.
- Ajuster la charge de travail et être vigilant quant à l'utilisation et la consommation des médias (ex. médias sociaux).
- Favoriser les échanges en présentiel et par téléphone lorsque possible.

- Former le personnel (PAE, intervenant.e.s, direction, gestionnaire, collègues, etc.) à reconnaître les signes et symptômes d'utilisation problématique des écrans et à référer ou faire de l'intervention brève selon le rôle et les compétences.
- Donner accès à des activités ou outils de sensibilisation liés à une saine utilisation des écrans et aux risques associés à un usage excessif, de même qu'à des ressources.

### **Réseau de la santé et des services sociaux**

- Faciliter le repérage des signes et symptômes d'un usage problématique des écrans et l'orientation rapide vers des ressources appropriées (publiques, privées ou communautaires) et renforcer la collaboration avec le milieu communautaire, tant en matière de prévention, qu'en réduction des méfaits ou en traitement.
- Former l'ensemble des intervenant.e.s à reconnaître les signes et symptômes d'utilisation problématique des écrans et à référer ou intervenir selon leur rôle et champs d'expertise (ex. médecins généralistes, médecins spécialistes, urgentologues, infirmier.ère.s, psychologues, psychothérapeutes).
- Développer et mettre à jour les outils d'intervention, qui tiennent notamment compte des aspects de concomitance.
- Favoriser les pratiques d'intervention permettant de joindre les plus jeunes (ex. télépratique, intervention en milieu).
- Impliquer l'entourage dans la prise en charge, une partie prenante dans le succès d'une intervention auprès des jeunes.
- Assurer le déploiement progressif, à court, moyen et long terme, de l'offre de services selon une structure tenant compte des besoins et des réalités de l'ensemble des parties prenantes.

### **Industrie de la loterie et du jeu vidéo**

- Sensibiliser davantage aux risques du jeu excessif ou pathologique.
- Développer des activités, services et outils de prévention du jeu excessif ou pathologique accessible sur les différentes plateformes et lieux de l'industrie.
- Instaurer des systèmes en ligne, permettant à l'utilisateur.trice de mieux gérer son utilisation du jeu.
- Revoir la classification, la catégorisation et les notices relativement aux jeux.
- Sensibiliser les employé.e.s à l'impact des jeux sur les jeunes utilisateur.trice.s
- Référer vers des ressources appropriées en cas de jeu excessif ou pathologique.

### **Gouvernement**

- Investir dans la recherche sur l'utilisation des écrans (types d'usages, contenus susceptibles d'être problématiques, leurs impacts et les risques liés à la pratique excessive des écrans) et ce dans les divers milieux (familial, scolaire, travail), selon des groupes spécifiques (âge, particularités culturelles, milieu), en assurant la prise en compte des réalités cliniques, et favoriser l'accessibilité aux résultats de recherche.
- Contraindre le milieu scolaire à se doter de politiques claires liées à l'utilisation des écrans et encourager le milieu de travail et le milieu communautaire à faire de même.
- Sensibiliser l'industrie du jeu sur l'impact des contenus développés et susciter la reconnaissance de ses impacts, en les impliquant dans l'établissement de solutions durables.
- Assurer auprès de l'industrie des obligations plus fortes relativement à l'interdiction du jeu des mineurs, notamment en réglementant davantage la classification et la catégorisation des jeux et la mécanique des jeux de hasard et d'argent présente dans certains jeux en ligne.
- Engager des communications plus soutenues avec les différentes plateformes web (ex. médias sociaux), afin d'assurer une plus grande sécurité en termes de contenus accessibles par les jeunes.
- Mandater un organisme indépendant afin de mieux encadrer les stratégies commerciales et promotionnelles et assurer le retrait de toute communication commerciale comportant une incitation excessive au jeu.
- Sensibiliser davantage et mieux informer et éduquer le grand public sur les bons usages des écrans et les risques associés à un mauvais usage ou un usage excessif (ex. campagnes de sensibilisation, site Internet, outils pour des publics cible), et ce, de manière ciblée en fonction des divers publics cibles (jeunes, parents, milieu de travail, milieu scolaire, etc.), en consultant des spécialistes en termes d'utilisation d'écran et de dépendance.
- Impliquer les jeunes dans toutes les décisions les concernant en lien avec l'utilisation des écrans afin de proposer des solutions qui susciteront la mobilisation et l'engagement et ce, de façon pérenne.
- Soutenir financièrement le développement de programmes, de formations et d'outils, incluant entre autres les services à l'entourage, qui aideront dans la prévention et le traitement des dépendances aux écrans.
- Favoriser le développement et la collaboration de services intersectoriels (ex. public, privé, communautaire) afin d'améliorer notamment la mécanique de détection d'un usage problématique des écrans et le référencement vers les ressources appropriées.

## Conclusion et recommandations en matière d'utilisation des écrans

---

L'AIDQ est d'avis que si des efforts soutenus, adéquats et coordonnés sont effectués en matière d'éducation, de prévention et de réduction des méfaits, le Québec sera en mesure d'atténuer les effets néfastes de l'utilisation des écrans. Plus encore, cela permettra d'éviter l'émergence ou l'aggravation des problématiques liées à l'usage de ceux-ci, notamment la dépendance, favorisant le traitement de celle-ci.

Pour ce faire, il faut agir le plus tôt possible dans la vie des personnes à l'aide d'outils simples de repérage. Il faut cibler et mettre en place des stratégies et programmes cohérents de prévention, de réduction des méfaits et d'intervention, notamment précoce, fondés sur des données probantes, en collaboration entre autres avec les personnes ciblées, le milieu de l'éducation, celui de la recherche et le milieu de la dépendance, dont le secteur communautaire. Ces stratégies et moyens devront tenir compte de la concomitance avec les autres troubles (ex. santé mentale, troubles du spectre de l'autisme, trouble de l'usage de substances psychoactives) afin d'assurer leur efficacité, et par le fait même être développés en corrélation avec les stratégies et objectifs de ces mêmes services. C'est par une vision commune et des efforts concertés des différents acteurs concernés et par une implication active des jeunes, en partenariat avec l'ensemble des ressources et parties prenantes, que l'impact de ces mesures fera une différence dans la santé des jeunes Québécois.e.s. En ce sens, au-delà des rôles et types d'encadrement mentionnés plus haut, l'AIDQ propose les actions suivantes.

### Recommandation 1

L'AIDQ suggère que soit créé un Observatoire sur les écrans et d'en confier la responsabilité à l'INSPQ de manière à faire un état des lieux de la consommation des écrans et mieux évaluer l'impact de l'usage des écrans, de suivre leur évolution ou de faire des portraits des comportements et des habitudes d'usage des Québécois. Cet Observatoire permettrait entre autres de mieux documenter la prévalence des problèmes de dépendance et leur impact, un meilleur contrôle et la prévention des risques liés à l'usage, d'améliorer les outils de dépistage, ainsi que d'évaluer et d'optimiser l'efficacité des approches d'intervention et les différentes mesures et types de régulation envisageables selon les milieux. L'AIDQ s'offre d'agir à ce titre en tant que l'une des organisations membres d'un comité avisier.

### Recommandation 2

L'AIDQ se propose également, à titre d'organisme indépendant, représentant des parties prenantes du milieu de la dépendance de l'ensemble des secteurs visés par la présente consultation, de se voir confier le mandat de développement de campagnes d'information, de sensibilisation et d'éducation sur les méfaits liés à l'utilisation problématique des écrans et ce, avec la collaboration d'un comité d'experts formé de représentants du milieu.

### Recommandation 3

En regard de sa mission, de son expertise dans l'intervention en dépendance, et de ses liens naturels avec les milieux de la recherche, les milieux éducatifs, la santé publique et le milieu communautaire, l'AIDQ se propose de mettre en place rapidement un comité d'expert.e.s formé de représentant.e.s en santé publique, en recherche, en prévention et en dépendance pour l'accompagner dans le développement et le déploiement d'une formation visant à sensibiliser et outiller les intervenant.e.s du milieu élargi de la dépendance, que ce soit au secteur privé, éducatif, public ou communautaire à la reconnaissance des facteurs de risque liés à l'usage des écrans et aux mesures de prévention, aux signes et symptômes d'une utilisation problématique et des meilleures pratiques d'intervention en termes de prévention, réduction des méfaits et de traitements auprès des jeunes. Parallèlement à la formation serait développés une trousse d'outils pratiques destinés tant aux intervenant.e.s, des divers milieux qu'à leurs publics cibles (jeunes, parents, entourage, employé.e.s, etc.).