

FRTZ

LE DÉCRYPTEUR D'INFO !

8 OCTOBRE 2025

#86

le dossier

LES ADOS ET LES RÉSEAUX

On parle beaucoup des dangers des réseaux sociaux pour les enfants. Certains proposent même de les interdire. Mais vous, vous en pensez quoi ? Fritz est allé vous le demander.

+ d'infos sur www.fritzlemag.fr



Fritz - 3, rue de la Tuilerie - 37250 Saint-Avertin - Tél. 02 47 20 40 00

Directrice de la publication : Christelle Hélène-Kibleur - Directeur de la rédaction : Matthieu Pays - Contact rédaction : 02 47 20 18 14 ou redaction@fritzlemag.fr
Service abonnement : 02 47 20 40 00 ou abo@fritzlemag.fr - Gratuit - Ne peut être vendu - Conception graphique : Agence Projectil - Éditeur : SAS Helpay, au capital de 40 000 €
Impression : Projectil Sogepress - Dépôt légal à date de parution. N°86 - 6 octobre 2025 - ISSN 2743-5423/CPPAP 1222 D 94413 -
Reproduction d'articles interdite sauf autorisation - Loi n°49 956 du 16/07/1949 sur les publications destinées à la jeunesse - www.fritzlemag.fr

LE PORTABLE, LES PARENTS ET TOI

LES ADOS UTILISENT TROP LEURS TÉLÉPHONES ?
ONT-ILS LE CHOIX ? SAVENT-ILS ÊTRE
RAISONNABLES ? ON S'EST POSÉ CES QUESTIONS,
ON TE LES A POSÉES (ET À TES PARENTS AUSSI).

ÉMILIE
MENDONÇA.



+ d'infos sur www.fritzemag.fr

Souad l'admet : « la question du portable a causé du stress à la maison, avant qu'on en donne un à Amira ». Amira est au collège, en 5^e. À douze ans, elle a déjà son portable depuis quelques mois, grâce à son papa, qui souhaitait pouvoir la joindre directement en cas d'imprévu. Avec des parents séparés, il a fallu que tout le monde accepte de mettre ce nouvel objet dans le sac-à-dos de la collégienne. Les parents se sont mis d'accord : « elle peut utiliser Whatsapp, car de toutes façons on lui a demandé cela pour le groupe de travail du collège, et l'application Xooloo qui est sous contrôle parental ». De quoi rassurer les parents, et permettre à Amira de papoter avec les copines. Laureline, en 3^e, a eu son premier portable en 5^e : « tous mes amis en avaient déjà un, certains depuis longtemps. Ils se parlaient en dehors des cours ou jouaient à des jeux que je n'avais pas ». Aujourd'hui, elle utilise son portable assez souvent, pour échanger sur Whatsapp avec les amis, ou regarder des vidéos sur Youtube et lire des livres ou des BD sur Webtoon et Wattpad. Et les réseaux sociaux ? « J'ai créé un compte Facebook mais je ne m'en sers pas. Mon téléphone est trop vieux pour Instagram. Et je ne veux pas installer Tiktok, ça collecte

nos infos pour les revendre, et on peut tomber sur n'importe quoi ».

CONTRÔLE PARENTAL : OUI MAIS...

Le smartphone de Laureline est configuré par ses parents pour 3 h d'utilisation maximale par jour, et il est hors service de 21 h à 7 h du matin (mais pas son ordinateur portable qu'elle utilise aussi souvent !). Sur Youtube, le contrôle parental est également activé pour l'empêcher de poster des commentaires et de consulter certains comptes. Mais Laureline possède les codes pour débloquent tous ces contrôles : elle a juste choisi de ne pas s'en servir sans demander l'autorisation, car ses parents lui font confiance. Confiance, c'est aussi le mot qui revient chez les parents d'Amira : « mettre un contrôle parental alors que les jeunes sauraient le débloquent dans notre dos, ça ne servirait à rien. Alors on lui fait confiance ! » La maman d'Amira admire même la maturité de sa fille, qui a choisi de quitter une conversation où une camarade commençait à la harceler. La situation s'est apaisée, Amira ne parle plus à cette personne et tout est rentré dans l'ordre. Son papa Abderrahim reconnaît aussi que « dans le monde

« ON A FAIT
CONFIANCE À
NOTRE FILLE, ET
ELLE NE NOUS A
PAS DÉÇUS »

actuel ne pas savoir utiliser ces technologies pourrait devenir un handicap. Les priver de portable ça les couperait du monde, mais il ne faut pas non plus qu'ils deviennent accros ». Des jeunes accros au smartphone ? C'est ce que voit Arthur dans la cour de récré. En 6^e, il n'a pas de téléphone, et n'en veut pas pour l'instant : « ça les rend bête, à regarder Tiktok tout le temps ». Hélène, sa maman, est plutôt contente de la situation... sauf quand elle ne peut pas joindre son fils lorsqu'il part en balade. Mais entre un enfant joignable tout le temps et un enfant branché sur son smartphone, il faut donc choisir et faire confiance !

LES PROS AU BOULOT

L'Assemblée Nationale a mené une commission d'enquête sur les effets psychologiques de TikTok sur les mineurs. Un petit groupe de députés a donc réfléchi au sujet, a interrogé des experts et consulté des études scientifiques. Dans le rapport que les députés ont publié le 11 septembre 2025, on trouve 43 recommandations. Les mesures les plus importantes sont l'interdiction des réseaux sociaux aux moins de 15 ans (aujourd'hui c'est 13 ans), et le couvre-feu numérique. Autrement dit, il serait impossible d'utiliser les réseaux sociaux entre 22h et 8h du matin. Les membres de la commission insistent ainsi sur les dangers de TikTok, qui propose tout et n'importe quoi à ses utilisateurs, et peut les mettre en danger.

**11 ans
et 4 mois**

C'était l'âge moyen pour le premier smartphone en France d'après une étude de 2024 menée par Ipsos Média.



D'INFOS

TikTok, chinois ou américain ?

TikTok appartient à une entreprise chinoise. Et comme la Chine est un pays où les citoyens manquent de liberté, et qui manigance parfois pour déstabiliser les pays européens ou l'Amérique, on se méfie souvent de cette application et de ce qu'elle fait de nos infos. Face à ce danger, les Etats-Unis négocient en ce moment un accord avec la Chine, pour acheter TikTok pour le territoire américain. L'objectif ? Contrôler l'appli aux États-Unis, et éviter ainsi que la Chine se mêle de tout et récolte des infos là-bas.



À VOIR

« Dopamine, comment les applis piègent notre cerveau » un documentaire de 54 minutes sur Arte.tv.

À SAVOIR

L'algorithme : le roi de ce qu'on voit !

Laureline indique que Youtube lui propose des vidéos qui lui plaisent. C'est normal : dès qu'on regarde une image ou une vidéo plus longtemps que le reste, c'est enregistré par l'algorithme. Il est en quelque sorte le moteur-GPS caché derrière les réseaux. Il note où on aime bien aller, pour nous proposer des choses qui y ressemblent. Assez rapidement on atterrit donc tout le temps sur le même type de vidéos, de photos, de textes. Après avoir regardé une vidéo sur les araignées, tu en retrouveras plein dans ton fil d'actualité ! Brrrr !

Mais cela peut être dangereux : si on regarde une vidéo sur la deuxième guerre mondiale pour s'informer, l'algorithme va nous en proposer d'autres, même si elles mettent en valeur le nazisme. Et petit à petit, on se retrouve à écouter des discours politiques racistes et extrémistes...



TIKTOK AU TRIBUNAL

Depuis fin 2024, des familles françaises portent plainte contre TikTok. Elles accusent le réseau social d'avoir poussé au suicide ou à la dépression leurs enfants. Les parents reprochent à l'appli d'avoir diffusé de manière répétitive des vidéos qui mettaient en valeur le suicide, l'automutilation, les troubles alimentaires, sans aucun avertissement.

ACCRO AU RÉSEAU À CAUSE DE LA DOPAMINE

Lorsqu'on utilise TikTok ou qu'on regarde des réels sur Instagram, notre cerveau produit de la dopamine. Cette hormone du plaisir et de la récompense est déclenchée quand on reçoit un like par exemple, ou un code promo, ou lorsqu'on prend plaisir à enchaîner les vidéos sur TikTok. Notre cerveau nous pousse à rester sur les réseaux, pour avoir plus de dopamine : on devient accro.



LE PORTRAIT DE LA SEMAINE VIOLETTE

+ d'infos sur www.fritzelemag.fr

L'équipe de natation artistique de Tours a fait des merveilles lors des dernières compétitions ! Violette, 13 ans, fait partie de ces graines de championnes.

ÉMILIE MENDONÇA



Q uatre heures le lundi, 2 h le mardi, 5 h le mercredi, 3 h ou 4 h le jeudi, 2 h le vendredi... Ces chiffres ne sont pas le nombre d'heures que Violette passe en cours de maths ou de français au collège Saint-Martin de Tours : c'est le temps qu'elle passe en entraînement de natation artistique. À treize ans, elle vit ainsi sa passion à fond ! Elle qui a découvert ce sport il y a cinq ans entend bien continuer à travailler et progresser pour atteindre le meilleur niveau possible. Avec les équipes du club NAT (Natation Artistique de Tours), elle a déjà récolté de belles médailles cette année en championnat N1 : 3^e place en équipe libre, et 2^e place en solo dans sa catégorie d'âge. Ces bons classements ont permis aux filles de participer au championnat de France Élite, qui regroupe les futures pros du Pôle France et les gagnantes du N1 comme elles. Et là encore, les Tourangelles ont obtenu de beaux résultats avec une 5^e place en équipe libre et la 3^e place en ballet combiné à dix. Pour atteindre un tel niveau, il y a du boulot. « Dans les entraînements, on est dans l'eau, on fait des longueurs de nage pour s'échauffer. On travaille ensuite les figures de déplacement. On s'entraîne aussi à l'apnée, en restant sous l'eau sans respirer pendant 5 secondes, puis 10 secondes, 15, 40... Et on s'entraîne à être la tête en bas.

« IL FAUT COMMENCER TÔT, ET ÊTRE SOUPLE POUR POUVOIR RÉUSSIR DANS LA NATATION ARTISTIQUE »

On a aussi d'autres séances avec de la gym, pour travailler notre grand écart ou nos pointes de pied et la souplesse du dos par exemple. Et de la PPG, la préparation physique générale avec du gainage, des pompes, des équilibres...

Cette variété, c'est ce qui plaît à Violette, car elle avait déjà fait de la danse et de la gym avant de découvrir la natation artistique. C'est aussi varié dans l'eau, comme elle nous l'a expliqué : « c'est un sport d'équipe, on nage à plusieurs, mais il y a aussi des compétitions en solo ». Et monter sur le podium, ça fait quoi ? « C'est bien ! Ça nous a rendues très fières ! »

Ce qu'on pourrait voir comme des sacrifices, ça n'en est pas pour la jeune fille. Elle quitte la maison vers 7 h 45 le matin pour aller au collège et suivre les cours, avant de rejoindre la piscine Gilbert Bozon dans l'après-midi pour l'entraînement. Elle revient vers 19 h à la maison, dîne en famille puis fait ses devoirs. Heureusement, elle prend de l'avance le week-end pour ne pas se coucher trop tard !

Quelle enfant es-tu ?

MIAM

LE CHOCOLAT

J'adore le chocolat, surtout les chocolats fourrés. Il faut manger équilibré quand même, donc je n'en mange pas souvent.

HÉROS

EVE PLANEIX

Une nageuse artistique, évidemment ! C'est elle qui fait les sauts dans l'équipe de France de natation artistique. Elle était aux Jeux Olympiques de 2024, et elle vient de prendre sa retraite.

OUPS

JE NE FAIS PAS DE BÊTISE !

Et on croit Violette sur parole !

20/20

LE SPORT

Le sport est ma matière préférée au collège. J'aime aussi les maths, les arts plastiques et la musique. Mais je ne vous dirai pas quelle matière je déteste !

TON RÊVE

LES CHAMPIONNATS DU MONDE

J'adorerais avoir une médaille aux championnats d'Europe ou du Monde.