

Mieux gérer sa consommation d'écran en famille

LA CHAUX-DE-FONDS Le Club 44 accueille ce soir une conférence donnée par le psychologue Niels Weber, qui s'exprimera sur ce sujet générateur de nombreuses tensions.

PAR ÉLÉONORE DELOYE

Comment mieux gérer notre exposition aux écrans? C'est la question à laquelle se propose de répondre le Réseau de soins neuchâtelois (RSN) lors d'une conférence donnée ce soir. L'événement se tiendra de 19h30 à 22h au Club 44, à La Chaux-de-Fonds.

L'inscription sur le site internet du RSN est obligatoire, tout comme un certificat Covid sur place.

Des parents davantage angoissés

Alors que la première partie du colloque s'intéressera au développement de l'esprit critique, la deuxième se concentrera sur l'équilibre familial, difficile à trouver dans un environnement toujours plus digitalisé.



Il peut être complexe pour une jeune personne de s'autogérer."

NIELS WEBER
PSYCHOLOGUE

C'est en tout cas le postulat du psychologue Niels Weber, qui partagera son expertise avec le public. Selon lui, depuis l'avènement du numéri-



Selon le psychologue Niels Weber, les parents doivent se concentrer sur la qualité du temps que leurs enfants passent devant les écrans, plutôt que sur la quantité. DAVID MARCHON

que, les parents se montreraient beaucoup plus angoissés, car il s'agit un domaine qu'ils ne maîtrisent pas encore complètement. «Ils craignent d'être de mauvais pa-

rents en refusant un smartphone à leur enfant mais ils redoutent aussi de mal agir en leur laissant trop de temps devant les écrans», explique Niels Weber.

De nouvelles offres de proximité

NEUCHÂTEL Pour faciliter le lien entre population et administration, quatre lieux s'ouvrent dans les communes fusionnées.

«Nous l'avons déjà dit et je le répète: nous avons la volonté de fournir les prestations courantes dans différents endroits de la commune fusionnée.» C'est par ces mots que la présidente de la Ville de Neuchâtel, Violaine Blétry-de Montmollin, présente l'ouverture de guichets d'accueil dans les quatre ex-communes.

Les mêmes prestations

La conférence de presse s'est déroulée ce mardi dans les nouveaux locaux du guichet de Valangin, qui a ouvert ses portes le jour même. «Nous sommes à la maison Weber, un lieu emblématique du vil-

lage. Cet endroit pourrait même accueillir un point de vente de produits locaux», a ajouté la conseillère communale.

Les guichets offrent les mêmes prestations, qu'on habite dans un village ou au centre-ville. «Chaque jour de la semaine, il y en a toujours deux qui sont ouverts», a précisé Bertrand Cottier, chef du tout nouveau Service de la population et des quartiers.

Nomination de délégués de quartier

Ce qu'on peut y faire? Annoncer son arrivée ou son départ,



Violaine Blétry-de Montmollin et Bertrand Cottier (au centre, sans masques), entourés des quatre délégués de quartier. DAVID MARCHON

renouveler sa pièce d'identité, demander une attestation de domicile, ou encore voter et apporter des objets trouvés. Pour gérer ces endroits, quatre délégués de quartier, auparavant employés par les ex-communes, ont été enga-

LES TROIS CONSEILS DE NIELS WEBER

→ **Davantage se concentrer sur la gestion du temps passé devant les écrans** Le nombre d'heures n'est pas réellement significatif. Si un adolescent passe du temps sur internet pour faire des recherches pour un exposé ou pour réviser, il n'y a pas de problème. Le tout est de définir quelles sont les priorités qui doivent être respectées. Les devoirs sont plus importants que les jeux vidéo par exemple, etc. C'est le rôle des parents de dicter ces règles.

→ **Faire des écrans un sujet de partage** Il est capital que les membres d'une famille échangent au sujet de leurs activités numériques respectives. Les adolescents peuvent parler à leurs parents mais aussi leur montrer les applications qu'ils utilisent ou les vidéos qu'ils regardent. Ces moments de partage favorisent la discussion et également la compréhension.

→ **Avoir confiance en ses talents de parentalité** Les parents peuvent se retrouver démunis face aux nouvelles technologies. Mais ils doivent se faire confiance dans la manière d'éduquer leurs enfants. Le plus important est de recréer des réseaux en dehors du numérique en restaurant des moments familiaux privilégiés. D'ailleurs, les parents ne devraient pas hésiter à discuter entre eux de ces problématiques: tous sont dans le même bateau.

D'après une enquête réalisée en 2018 par Addiction Suisse, durant la semaine, les 11-15 ans passent en moyenne 4,5 heures par jour devant les écrans, contre 8 heures en week-end.

Des chiffres à relativiser

Mais pour le psychologue, ces chiffres sont à prendre avec précaution. «Le problème ne vient pas du nombre d'heures passées devant les écrans mais de la façon dont est géré ce temps.» Concrètement, cela signifie que l'adolescent peut tout à fait rester devant son ordinateur ou son téléphone du

moment qu'il n'a pas d'autres impératifs – tels que des devoirs ou des tâches confiées par ses parents, par exemple. «Il peut être complexe pour une jeune personne de s'autogérer. C'est pour cela que les adultes doivent établir des règles relatives aux écrans auxquelles toute la famille doit obéir», indique l'expert. Selon lui, une meilleure éducation sur l'utilisation et l'importance des nouveaux médias est capitale pour un meilleur équilibre au sein du foyer. «Les enfants comme les parents doivent réfléchir à leur manière d'utiliser et d'aborder le numérique.»

L'idée d'une fusion à quatre fait son chemin

HAUTERIVE

Le Conseil général a accepté la mise sur pied d'un comité de pilotage en vue d'un regroupement avec trois autres communes.

C'est un pas de plus pour le projet de fusion de La Tène, Saint-Blaise, Hauterive et Enges.

Ce lundi, le Conseil général d'Hauterive a accepté la mise sur pied d'un comité de pilotage. Une demande de crédit d'étude de 9000 francs pour le financement des travaux préparatoires a également été validée.

Trois tentatives passées à la trappe

Lors de la législature 2012-2016, trois tentatives de fusion des communes de l'Entre-deux-Lacs avaient échoué: d'abord à 8, puis à 7 et enfin à 6. Concernant la première, Hauterive s'était prononcée pour une variante à 2x4, incluant le regroupement actuellement proposé. Cette variante ayant été abandonnée, Hauterive s'était retirée du processus. Cette fois, ça devrait être la bonne.

Présentation du projet début 2024?

«Nous aurions voulu commencer la première étape l'année passée. Mais certaines communes voulaient laisser leurs nouvelles autorités se prononcer», a expliqué Nicolas Würsch, président de la commission de fusion.

Il espère que le projet finalisé pourra être présenté à la population début 2024: «Le calendrier est très serré, mais réaliste.» VHU

Un pas décisif pour la salle de gym

BEVAIX Le Conseil général a approuvé un crédit d'étude de 1,5 million de francs pour une future salle de sport.

«J'espère que vous en avez conscience: en acceptant ce crédit, nous nous dirigeons tout droit vers un second, beaucoup plus important, destiné à la réalisation du projet.» Tom Egger, conseiller communal socialiste de La Grande Béroche, adresse un avertissement au Conseil général: en acceptant à la quasi-unanimité ce crédit d'étude de 1,5 million de francs lundi, le législatif franchit un pas décisif dans la

réalisation de la nouvelle salle de sport de Bevaix.

«Le législatif doit se rendre compte que si le crédit pour la concrétisation de la nouvelle salle n'est pas approuvé par la suite, ce 1,5 million sera jeté par la fenêtre», insiste Tom Egger. «Si tout se passe bien», la demande de crédit liée à la réalisation du projet sera présentée en automne 2022. L'actuelle salle de sport, issue du démontage d'une halle de l'exposition nationale de 1964, est vieillissante. «Les installations sportives ne correspondent plus aux normes en vigueur», explique le rapport de l'exécutif. Cette future salle de sport répond «à un besoin, mais surtout à un manque», résume Jacques Reift (PS). LMA