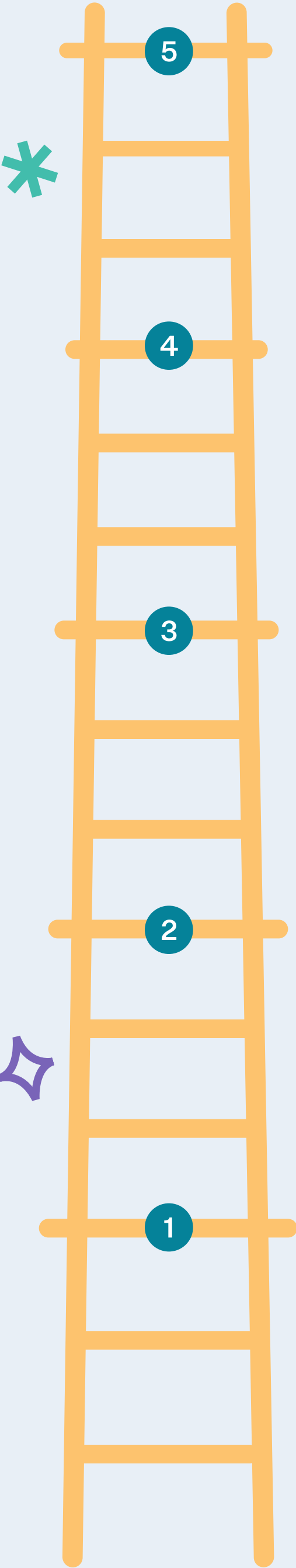


L'échelle de la connectivité



Téléphone intelligent

15 ans +

Autonomie numérique complète, avec MyPhone qui demeure le pilier du service téléphonique résidentiel de la famille.



44 % des ados se sentent anxieux sans leur téléphone — d'où l'importance de bien préparer le terrain.¹



« ...vous voulez que [votre enfant] soit un utilisateur autonome et prudent, capable de naviguer dans le monde numérique. »
—Screen Sanity (2026)

Prêt à monter quand l'enfant :

- A franchi les échelons 3 et 4 avec sérieux
- Garde des moments sans appareil

Appareil intelligent encadré

13-15 ans

Développez une réelle autonomie avec des applis choisies et l'appui parental.



Plus de 4 h d'écran par jour : 2 fois plus de risque d'anxiété et 3 fois plus de risque de dépression.²



« Ouvrez le dialogue sur ce qu'ils regardent et sur ce que cela représente pour eux... »
—D^r Katherine Williamson, pédiatre, CHOC (2026)

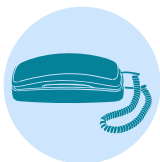
Prêt à monter quand l'enfant :

- Utilise bien un appareil encadré depuis 1 an
- Parle spontanément de ses inquiétudes

Téléphone d'appels seulement

8-13 ans

Un téléphone d'appels seulement comme MyPhone d'Ooma est un premier pas plus judicieux : sécurité et vrais liens, sans applis distrayantes.



L'enfant moyen reçoit un téléphone à 10 ans, mais 147 000+ familles veulent attendre jusqu'à la 8e année.³



« Les téléphones de base sont les roues d'entraînement du téléphone intelligent : plus sûrs dès le départ, avec des contrôles parentaux plus simples... »
—Jean M. Twenge, Psychologist (2025)

Prêt à monter quand l'enfant :

- Utilise un téléphone d'appels depuis 6 à 12 mois
- Parle ouvertement des risques en ligne

Appareil familial partagé

6-8 ans

Apprenez les bases de l'appel avec un appareil familial partagé ou une expérience MyPhone guidée par les parents.



Fixez des règles claires : quand, où et comment les appareils sont utilisés, chambres et repas sans écran.⁴



« Si un enfant n'arrive pas à décrocher, c'est qu'il passe trop de temps devant un écran. »
—D^r Katherine Williamson, pédiatre, CHOC (2026)

Prêt à monter quand l'enfant :

- Fait ses tâches sans qu'on le lui rappelle
- Comprend les bases de la sécurité numérique

Aucun appareil

1-5 ans

Les tout-petits ont besoin de vrais visages, de vraies voix et de vrais jeux.



Aucun écran avant 18 mois, et pas plus de 1 h par jour de 2 à 5 ans.⁵



« Les enfants apprennent par le jeu à créer des liens, à se synchroniser et à attendre leur tour. »
—Jonathan Haidt, Social Psychologist, NYU

Prêt à monter quand l'enfant :

- Soutient une conversation suivie
- Quitte les écrans sans difficulté

¹(AAP, 2026), ²(AAP, 2026), ³(Wait Until 8th, 2025), ⁴(CDC, 2024), ⁵(Pew Research Center, 2024)
Sources: Common Sense Media 2025 Census · CDC/NCHS Data Brief no 513 (oct. 2024) · Lignes directrices mises à jour de l'AAP (2026) · Jonathan Haidt, The Anxious Generation (2024) · Wait Until 8th (2025) · Jean M. Twenge, 10 Rules for Raising Kids in a High-Tech World (2025) · CHOC Children's Health Hub (2026) · Pew Research Center (2024)