



Association Trois Six Neuf Douze

11, Rue Titon - 75011 PARIS

<https://www.3-6-9-12.org>



**Petits Laboratoires
d'Empathie**

Organisme de formation

N° SIRET : 82349656700012

Code NAF : 9499Z

N°déclaration d'activité : 11755607875

Association Loi 1901

Non assujettie à la TVA (article 261-7 du CGI)

Formations 3-6-9-12+

Vous souhaitez acquérir des connaissances sur les relations des enfants et des familles aux écrans et aux mondes numériques, relayer des messages de prévention, mettre en place des actions de sensibilisation ?

Devenez nos partenaires au titre d'ambassadeur/ambassadrice 3-6-9-12 !

Les Petits Laboratoires d'Empathie (PLEM) et l'Association « Trois Six Neuf Douze, apprivoiser les écrans et grandir », fondés par Serge Tisseron, vous proposent de vous former. **L'organisme de formation PLEM est certifié Qualiopi dans la catégorie Actions de formation.**

Les personnes concernées par ce programme sont les professionnels et les acteurs associatifs intervenant auprès des enfants et des parents, notamment dans le domaine de l'éducation, de la santé et de la citoyenneté.

Ce programme permet aux stagiaires ayant validé leur formation de mettre en place des actions de sensibilisation et d'information auprès de leurs publics, qu'il s'agisse de familles, d'enfants ou d'adolescents, d'enseignants, ...

La formation proposée par 3-6-9-12 se tient en présentiel, à Paris, sur trois jours (soit 18 heures en tout) :

- 21 mars 2026 : Avec Serge TISSERON, Sophie BRUNETEAUX et Natacha LESAGE
- 28 mars 2026 : Animée par Olivier DURIS et Natacha LESAGE
- 6 juin 2026 : Avec Thérèse AUZOU-CAILLEMET

Durant toute l'année de formation, un espace Internet est dédié aux échanges entre les stagiaires et leurs formateurs : partage de biblio, vidéos, documentaires, veille sur les publications, commentaires d'articles etc...

3-6-9-12 met à la disposition des personnes en cours de formation :

- ses affiches et flyers
- une foire aux questions
- des fiches pratiques

DEPJ3F

11 rue Titon – 75011 Paris
formation36912@gmail.com
<https://www.3-6-9-12.org>

Association Loi 1901

SIRET : 823 496 567 000 12

SIREN : 823476567

CODE NAF : 9499Z

**Programme et Inscription
Formation ambassadeur.drice
3-6-9-12+**

Comment s'inscrire à la formation d'ambassadeur/ambassadrice 3-6-9-12 ?

Si le/la candidat.e appartient aux corps professionnels évoqués :

1. Il/elle fait acte de candidature par le biais du formulaire d'inscription joint, par mail, à l'adresse formation36912@gmail.com
2. Il/elle adresse en même temps un CV et une lettre de motivation pour préciser ses activités professionnelles, ses objectifs, son expérience éventuelle dans le domaine concerné.

La réponse est notifiée par courriel.

La participation aux trois journées est indispensable.

Une attestation sera délivrée à la fin de la formation si le/la stagiaire a rempli les conditions de validation :

- Présence à l'ensemble de la formation et participation aux échanges sur la plateforme dédiée au groupe en formation (veille documentaire et ressources partagées par le groupe)
- Validation d'un test de connaissances en fin de formation
- Production d'un à deux courts articles pour la newsletter 3-6-9-12 au cours de l'année de formation (environ 2000-2500 signes espaces compris)
- Remise d'un document précisant les actions projetées au titre d'ambassadeur.drice 3-6-9-12, à valider par les formateurs

Cette attestation est indispensable à la mise en œuvre d'actions au titre d'ambassadeur.drice 3-6-9-12.

Les engagements de l'ambassadeur/ambassadrice une fois la formations validée :

- relayer les messages et positions 3-6-9-12
- utiliser les documents 3-6-9-12 sans y apporter aucune modification
- fournir un bilan annuel de ses interventions (trame remise en fin de formation)
- signaler tout changement dans son statut ou ses coordonnées
- mentionner l'appartenance au réseau 3-6-9-12 lors de ses interventions

Combien de temps ?

La durée du partenariat est illimitée à 4 conditions :

- La personne s'engage à construire un projet d'intervention dans l'année qui suit la formation
- La personne formée s'engage à tenir chaque année l'Association 3-6-9-12 informée de ses activités
- La personne formée s'engage à se tenir informée, via le site et la newsletter, des données actualisées sur les usages numériques.
- Il ne doit pas exister d'interruption d'activité de plus de 2 ans

Si l'ambassadeur.drice ne remplit pas les conditions requises, l'Association 3-6-9-12 peut mettre un terme au partenariat, qui sera signifié par écrit.

Devenir formateur 3-6-9-12 et former des ambassadeurs.drices

Une seconde année de formation peut permettre l'accès au statut de formateur 3-6-9-12, après un entretien individuel avec les formateurs pour valider la candidature du / de la stagiaire.

PROGRAMME DE LA FORMATION

Objectifs :

DEP/3F

11 rue Titon – 75011 Paris
formation36912@gmail.com
<https://www.3-6-9-12.org>

Association Loi 1901
 SIRET : 823 496 567 000 12
 SIREN : 823476567
 CODE NAF : 9499Z

**Programme et Inscription
 Formation ambassadeur.drice
 3-6-9-12+**

1. Faire découvrir les usages des technologies numériques
2. Faire découvrir les dangers des technologies numériques
3. Présentation des modes de prévention des usages pathologiques et des balises 3-6-9-12
4. Permettre la mise en place d'actions d'information et de prévention pour les stagiaires formés

Thématiques traitées :

Jour 1 / matin : Les enjeux de la mutation numérique et les 4 grandes révolutions introduites par les écrans

1. Complémentarité de la culture du livre et de la culture des écrans : dangers et avantages de chacune d'entre elle
2. Révolution dans la relation aux savoirs
3. Révolution dans la relation aux apprentissages
4. Révolution dans le fonctionnement psychique
5. Révolution dans les modalités de création des liens et de la sociabilité
6. Mener des actions d'information et de prévention : pourquoi et comment ?
7. Procéder à une veille documentaire, critiquer et exploiter les documents : la mise en place du Googlegroup de travail pour l'année de la formation

Jour 1 / après-midi : Les tout-petits et les écrans : revue de la littérature scientifique, spécificités et recommandations

1. Place des écrans dans la vie des tout-petits : les études descriptives
2. Que sait-on des effets des écrans sur les tout-petits ?
3. Les tout-petits et les écrans non interactifs
4. Les tout-petits et les écrans interactifs et nomades
5. Précautions et recommandations
6. Les tout-petits spectateurs au cinéma

Jour 2 : Famille, éducation et pratiques d'écrans : les balises 3-6-9-12

1. Présentation des travaux scientifiques disponibles sur la relation aux écrans (troubles du sommeil, troubles de l'attention et de la concentration, troubles du comportement, développement du langage, développement de l'empathie...)
2. Comprendre le phénomène d'addiction lié aux écrans : addictivité, caractère addictogène des produits numériques disponibles, processus addictif, addiction, conséquences médicales
3. Présentation des balises « 3-6-9-12 » élaborées en fonction de ces connaissances :
 - Avant 3 ans : Jouons, parlons, arrêtons la télé !
 - De 3 à 6 ans : limitons les écrans, partageons-les, parlons en famille !
 - De 6 à 9 ans : créons avec les écrans, expliquons-lui Internet !
 - De 9 à 12 ans : apprenons-lui à se protéger et à protéger ses échanges !
 - Après 12 ans : Restons disponibles !
4. Présentation des espaces numériques les plus utilisés par les enfants, adolescents et jeunes adultes, leurs intérêts et leurs dangers
 - Présentation des jeux vidéo les plus utilisés
 - Présentation des réseaux sociaux les plus utilisés
 - Comprendre pourquoi les jeunes sont attirés par les jeux vidéo et les réseaux sociaux
 - Quel discours tenir aux enfants et adolescents pour les sensibiliser aux risques ?

- Le phénomène Hikikomori
 - Les quatre jungles d'internet, apprendre à les gérer et développer l'esprit critique : La jungle des modèles économiques, la jungle des réseaux sociaux, la jungle de la pornographie et des modèles sexuels contraignants, la jungle de l'information
5. Imaginer des projets visant à informer, à encourager les bons usages des écrans et à prévenir les dangers

Jour 3 : Bilan et projets

1. Questions et partage d'expériences sur le contenu de la formation
2. Bilan sur la veille documentaire effectuée par le groupe
3. Supervision des actions mises en place et/ou accompagnement des projets à venir
4. Remise des documents permettant l'évaluation : test de connaissances et document-projet

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

1. Support Power Point
2. Réponses aux questions diverses : demandes de précisions sur le PPT, réponses aux questions non abordées dans le PPT
3. Création d'un espace numérique de partage (Googlegroup) pour permettre un travail collaboratif de veille documentaire tout au long de l'année de la formation
4. Partage d'expériences entre les participants
5. Accompagnement et supervision des actions mise en place ou projetées
6. Accompagnement à l'élaboration d'un court article pour la newsletter 3-6-9-12 (environ 2000-2500 signes espaces compris)
7. Accompagnement à la préparation d'une courte présentation orale en groupe sur un thème lié aux écrans et au développement de l'enfant ou de l'adolescent.

Informations pratiques :

	PARIS
Organisation	3 samedis répartis dans l'année scolaire : • 21 mars 2026 • 28 mars 2026 • 6 juin 2026
Horaire	10h-13h et 14h30-17h30
Lieu	Hôpital de Jour André Bouloche / Association CEREP-PHYMENTIN 56 rue du Faubourg Poissonnière 75010 PARIS (Métro Poissonnière / ligne 7, ou Bonne Nouvelle / lignes 8 et 9)
Animateurs	Différents membres de l'association 3-6-9-12 avec la participation de Serge TISSERON https://www.3-6-9-12.org/qui-sommes-nous/

TARIF : Individuel : 300 € pour l'année

Formation permanente
(OF n° 11755607875 / certifié Qualiopi) : 990 € pour l'année

CPF Education Nationale : nous consulter

Le règlement peut se faire en plusieurs fois par chèque ou virement.
Pas de remboursement une fois la formation commencée.



Bulletin d'inscription

année scolaire : 2025 - 2026

NOM :

Prénom :

Adresse complète :

Tél. :

Fonction :

Mail (merci d'écrire **TRES LISIBLEMENT**) :

Règlement

- ☐ **Inscription à titre individuel / règlement en une seule fois :**
soit par chèque de 300 € à l'ordre de l'organisme de formation *Développer l'empathie par le Jeu des Trois Figures*
soit par virement (*nous contacter pour obtenir le RIB de l'association*)
- ☐ **Inscription à titre individuel / règlement en 2 fois :** établir 2 chèques à l'ordre de *Développer l'empathie par le Jeu des Trois Figures*
 1. Un chèque de 150 € encaissé **fin novembre**
 2. Un chèque de 150 € encaissé **fin décembre**
- ☐ **Inscription au titre de la formation permanente / 990 €**
Merci de préciser les modalités de paiement :
- ☐ Je souhaite obtenir un reçu

Bulletin complété (pages 5 et 6) + photo d'identité numérisée + CV + lettre de motivation
à adresser à : **formation36912@gmail.com**

Le règlement par chèque sera à adresser à :

Association DEPJ3F – 11 rue Titon – 75011 PARIS (**noter au dos du chèque Ambassadeur.drice 3-6-9-12**)

Pour un virement :

nous demander le RIB (**noter sur l'ordre de virement Ambassadeur.drice 3-6-9-12**)



Année scolaire : 2025 - 2026

NOM

Prénom :

- ☐ **Je m'inscris à la formation 3-6-9-12+ / Session de PARIS**
- ☐ **J'ai bien noté que ma présence est indispensable aux 3 temps de formation prévus pour la session où je me suis inscrit(e)**
- ☐ **Au titre d'ambassadeur.drice 3-6-9-12, je m'engage à travers mes actions :**
- ✓ à relayer les messages et positions 3-6-9-12
 - ✓ à mentionner mon partenariat avec 3-6-9-12 lors de mes interventions
 - ✓ à utiliser les documents 3-6-9-12 sans y apporter aucune modification
 - ✓ à fournir un bilan annuel de mes interventions
 - ✓ à signaler tout changement dans mon statut ou dans mes coordonnées
- ☐ **J'ai pris connaissance des conditions de validation de la formation et d'obtention de l'attestation de partenaire 3-6-9-12 :**
- ✓ Présence à l'ensemble de la formation
 - ✓ Validation d'un test de connaissances en fin de formation
 - ✓ Remise d'un document précisant les actions projetées au titre d'ambassadeur.drice 3-6-9-12+, à valider par les formateurs
 - ✓ Écriture d'un à deux courts articles pour la newsletter 3-6-9-12 au cours de la formation (environ 2000-2500 signes)
- ☐ **J'ai bien noté que l'obtention de l'attestation de partenaire 3-6-9-12+ est indispensable à la conduite d'actions 3-6-9-12+**
- ☐ **J'ai bien noté que la formation, une fois commencée, ne donnera lieu à aucun remboursement.**

Date, signature