INSTALLER ET RÉGLER

Suivez les étapes depuis le téléphone ou la tablette du parent.

Avant de commencer : prenez votre **iPhone ou iPad de parent** et l'appareil de votre enfant. La fiche décrit surtout **iOS/iPadOS 27** ; certains menus changent sur les versions plus anciennes.

1 Ajouter votre enfant à la famille

1. Sur **votre iPhone ou iPad**, ouvrez **Réglages** (icône en forme de roue dentée), puis touchez **Famille**.
2. Si votre enfant n'apparaît pas, touchez **l'icône avec une personne et un « + » en haut à droite**. Choisissez **Créer un compte Enfant** ou **Inviter des personnes** si son compte existe déjà.
3. Sur l'appareil de l'enfant, vérifiez qu'il utilise **son propre compte Apple** et non le vôtre.

☐ **Le nom de mon enfant apparaît dans « Famille ».**

2 Activer et protéger les réglages

1. Sur **votre appareil**, ouvrez **Réglages → Famille → nom de votre enfant**. Suivez la configuration proposée si elle apparaît.
2. Touchez **Gérer le temps d'écran → Verrouiller les réglages Temps d'écran**, puis choisissez un **code secret à 4 chiffres**.
3. Gardez ce code pour vous : il est **différent** du code qui déverrouille le téléphone.

☐ **Les réglages sont protégés par mon code secret.**

3 Choisir les horaires et la durée

1. Dans la fiche de votre enfant, touchez **Programme de temps d'écran**. Activez **Programme** et indiquez les jours et heures où les jeux et les réseaux sociaux doivent être mis en pause.
2. Ouvrez ensuite **Temps accordés**. Choisissez combien de temps votre enfant peut utiliser les catégories **Jeux** et **Réseaux sociaux**.
3. Dans **Toujours autorisées**, vérifiez que les fonctions et les contacts importants restent accessibles.

☐ **Les horaires et les durées sont enregistrés.**

iOS/iPadOS 26 et précédents : cherchez « Temps d'arrêt » et « Limites d'app » à la place des nouveaux réglages de durée.

POUR ALLER PLUS LOIN

Retrouvez les conseils et les ressources pratiques de MedecinGeek pour accompagner les usages numériques de votre enfant.
medecingeek.com

PROTÉGER ET VÉRIFIER

Bloquez ce qui ne convient pas à votre enfant, puis vérifiez.

4 Choisir les apps et les sites

1. Sur **votre appareil**, ouvrez **Réglages → Famille → nom de votre enfant → Apps et sites web**.
2. Touchez **Restrictions** : choisissez l'**âge autorisé** pour les apps. Pour Internet, ouvrez **Filtrage des sites web**.
3. Choisissez **Sites web approuvés uniquement** si vous ne voulez ouvrir que certains sites. Vous pouvez aussi bloquer une app.

☐ **Les apps et les sites autorisés sont vérifiés.**

5 Limiter les messages et les contacts

1. Sur votre appareil : **Réglages → Famille → enfant → Contacts autorisés**, puis **Pendant le temps d'écran → Contacts uniquement**.
2. Dans **Gérer les contacts**, vous pouvez approuver les nouveaux contacts. L'accord de votre enfant peut être demandé.
3. Ouvrez **Sécurité des communications** et activez-la : elle signale certaines images ou vidéos sensibles.

☐ **Les contacts et la sécurité des communications sont réglés.**

6 Contrôler les achats et téléchargements

1. Ouvrez **Réglages → Famille → enfant → Apps et sites web → Restrictions → Demander l'autorisation d'achat**.
2. Activez **Exiger l'approbation des achats** pour recevoir les demandes d'achat et de téléchargement concernées.
3. Puis **Apps et sites web → App Store → Achats intégrés → Bloqués** si vous souhaitez empêcher les achats dans les apps.

☐ **Les achats et téléchargements sont encadrés.**

7 Vérifier avec votre enfant

- ☐ Compte enfant et code secret
- ☐ Horaires et durées appliqués
- ☐ Apps, sites et contacts vérifiés
- ☐ Achats bloqués ou approuvés

Testez sur son appareil ; vérifiez aussi les règles propres aux jeux.