



GETTY IMAGES

Les enfants peuvent-ils survivre sans smartphones ?

- Joel Hilliker
- [08/05/2026](#)

Du bureau de Joel Hilliker :

Bonjour !

Les enfants peuvent-ils survivre sans smartphones ?

Environ 72 000 enfants et adolescents ont participé à un degré ou à un autre, à une expérience de désintoxication numérique en Autriche et dans quatre autres pays européens pendant trois semaines en mars.

- Les participants (pour la plupart des écoliers, à partir de l'âge de 10 ans environ) ont choisi différents niveaux de restriction : certains ont renoncé entièrement à leur smartphone, d'autres ont opté pour des « téléphones de base ». D'autres ont gardé leur téléphone mais ont considérablement réduit le temps d'écran ou ont quitté les applications de réseaux sociaux (après tout, l'expérience était volontaire).

Divulgâcheur : Tous ont survécu.

Le New York Times en a rapporté les effets. Il s'agissait, comme on peut s'y attendre, d'ennui, d'agitation, de solitude, de manque de contact avec des amis et des membres de la famille éloignés. Mais après s'être acclimatés, la plupart des jeunes qui ont parlé au New York Times ont fait part d'expériences positives.

- « J'ai appris à me concentrer encore plus », a déclaré l'un d'entre eux. Beaucoup se sont sentis plus présents et connectés à leur famille, à leurs loisirs, à leur environnement et aux interactions réelles. « On cherche à établir des liens avec les gens », a déclaré une personne. « Je pense que j'écoutais plus. » Ils ont redécouvert les activités hors ligne. Le stress a baissé.

Au bout de trois semaines, certains ne voulaient plus retourner sur leur smartphone. « J'avais plus de 70 messages sur Snapchat, alors je l'ai immédiatement mis de côté », a déclaré une jeune fille. « Je ne voulais pas le regarder. »

- Un autre a déclaré : « J'ai vérifié mes messages, puis j'ai vérifié ce que j'avais manqué sur Instagram et TikTok. Ce n'était pas grand-chose. »

De plus en plus de preuves montrent comment les smartphones et les réseaux sociaux augmentent les risques de

dépression, d'anxiété, de sommeil perturbé, de l'intimidation en ligne, de troubles alimentaires, de réduction de la capacité d'attention et de baisse de l'estime de soi chez les jeunes.

- Cette situation alimente le débat public et incite les écoles, et même certains pays, à imposer diverses interdictions. Cette expérience a coïncidé avec l'annonce par l'Autriche d'un projet d'interdiction des réseaux sociaux pour les moins de 14 ans.

Même de nombreux adultes s'opposent à l'omniprésence et à la domination des smartphones. « Les téléphones de base sont le nouveau symbole de statut élite » parmi les adultes à haut rendement, selon le Telegraph. Les entrepreneurs à succès, les célébrités et les professionnels fortunés utilisent désormais des téléphones portables de base.

Pensez-y. Pensez au moins sérieusement à faire une grande faveur à vos enfants en leur retirant leur smartphone et en renforçant leur connexion à la vie réelle. Voici quelques conseils pour [comment vaincre la dépendance à l'écran](#).

Nouvelles sur la guerre en Iran

- **Qu'est-ce qu'un « cessez-le-feu » exactement ?** Le 7 mai, trois navires de guerre américains ont signalé des tirs iraniens. Les États-Unis ont répondu par ce que le président Donald Trump a qualifié de « petit tape sur les doigts » contre trois ports iraniens. L'Iran a réagi en bombardant les Émirats arabes unis, un allié des États-Unis. Malgré tout, Trump affirme que le cessez-le-feu est toujours « en vigueur » et espère qu'un accord pourra être négocié.
- **L'Iran peut résister au blocus pendant des mois.** C'est ce qu'affirme une analyse de la CIA dont le *Washington Post* a rapporté le 7 mai. Un fonctionnaire qui s'est entretenu avec le *Washington Post* a affirmé que « les dirigeants iraniens sont devenus plus radicaux, plus déterminés et de plus en plus confiants dans leur capacité à résister à la volonté politique des États-Unis et à maintenir la répression intérieure pour éliminer toute résistance. »

Les chefs des services de renseignement allemands mettent en garde contre des menaces iraniennes « concrètes et urgentes » : Le 7 mai, selon le New York Times, sept responsables du renseignement allemand ont déclaré que l'Allemagne et ses voisins craignent de devenir la cible d'attentats à la bombe ou d'autres attaques « hybrides » menées par des agents mandataires iraniens. L'Allemagne a permis aux États-Unis d'utiliser des bases militaires américaines sur son sol pour la guerre contre l'Iran et a soutenu Israël par des exportations d'armes, ce qui fait de l'Allemagne une cible de choix pour les représailles iraniennes. Les institutions juives et américaines en Allemagne sont particulièrement menacées. Quatre hauts fonctionnaires ont déclaré au Times que des agents des services de renseignement et des législateurs ont exhorté les dirigeants politiques à exprimer une plus grande inquiétude. L'Allemagne prépare actuellement une mission navale pour sécuriser le détroit d'Ormuz, ce qui pourrait en faire une cible encore plus importante pour le terrorisme et conduire directement à un [affrontement prophétisé](#).

L'Allemagne connaît un boom de l'industrie manufacturière : Les commandes manufacturières allemandes ont augmenté de 5 pour cent en mars, a annoncé le gouvernement allemand le 7 mai. Ce chiffre dépasse de loin la croissance de 1 pour cent prévue par un consensus d'économistes interrogés par le Wall Street Journal. Alors que l'industrie manufacturière allemande se développe, il est important de comprendre les implications historiques et prophétiques de cette tendance.

Les agressions contre les Juifs atteignent leur plus haut niveau depuis 46 ans : La Ligue anti-diffamation a annoncé mercredi que les agressions physiques contre les Juifs aux États-Unis en 2025 ont atteint un niveau inégalé depuis près d'un demi-siècle. Bien que les incidents antisémites aient diminué de 33 pour cent pour atteindre 6 274 cas en 2025, l'année a connu un record de 203 agressions antijuives, dépassant les 196 incidents de l'année précédente. Trente-deux de ces agressions ont été commises à l'aide d'armes mortelles et ont entraîné la mort de trois personnes. Pour comprendre la cause profonde de l'antisémitisme, lisez « [L'unique minorité que la société aime haïr](#) ».

Le pape tend littéralement un rameau d'olivier à Marco Rubio : Le 7 mai, le secrétaire d'État américain Marco Rubio a rencontré le pape Léon XIV au Vatican. Cette rencontre devait permettre d'apaiser les tensions liées à la guerre contre l'Iran. Le pape a offert à Rubio un rameau d'olivier dans un coffret en bois, le qualifiant de « plante de la paix ». En retour, Rubio a remis au pape un petit ballon de football américain en cristal. Le pape, né aux États-Unis, a regardé le cadeau et a simplement dit : « Wow, d'accord. » Rubio a plaisanté : « Que donne-t-on à quelqu'un qui a déjà tout ? » Pourtant, derrière cette légèreté, d'importantes tensions diplomatiques subsistent entre Washington et le Vatican. Le pape Léon s'est ouvertement opposé aux politiques d'immigration et à la politique étrangère au Moyen-Orient du président Donald Trump. La prophétie biblique annonce un choc violent entre les États-Unis et le Saint Empire romain dirigé par le Vatican.

Aux États-Unis, la dette publique dépasse le PIB : À la fin du mois d'avril, la dette publique américaine atteignait 31 270 milliards de dollars, dépassant le produit intérieur brut annuel du pays, soit 31 220 milliards de dollars, pour la première fois depuis la Seconde Guerre mondiale. La dette brute totale (y compris l'argent emprunté à la sécurité sociale et à d'autres fonds publics) est encore plus élevée, soit environ 39 000 milliards de dollars. La dette brute a dépassé le PIB pour la première fois en 2012-2013. Les experts s'inquiètent du fait qu'une dette élevée signifie des coûts d'intérêts plus élevés, des prix plus élevés pour les familles et moins d'argent pour la défense ou d'autres programmes. Lorsque la dette croît plus vite que le PIB pendant une longue période, la nation fera faillite, à moins que le chef d'État ne règle le problème.