



PROJET DE LOI C-34 : FAIRE DE LA PROTECTION DES JEUNES EN LIGNE UNE PRIORITÉ CANADIENNE

MÉMOIRE À L'INTENTION DE LA
CHAMBRE DES COMMUNES DU
CANADA

OCTOBRE 2026

Auteurs

Géna Casu, M.Sc.

Marie-Jeanne Rossier-Bisaillon, Dt.P., M.Sc.

Révision

Karolane Proulx, M.Sc.

Hendrik Pineda, M.Sc.

Émilie Vaillancourt, Dt.P.

Ce document est disponible intégralement en format électronique (PDF) sur le site web du Collectif Vital : collectifvital.ca. Les informations contenues dans le document peuvent être citées, à condition d'en mentionner la source.

© Collectif Vital (2026).

À propos du Collectif Vital

Au cœur de la mission du Collectif Vital, il y a la volonté de permettre à la population québécoise d'adopter de saines habitudes de vie au quotidien. Nous misons sur la mise en place de milieux de vie sains et inclusifs, en intervenant collectivement auprès des décideuses et des décideurs. Le Collectif Vital compte sur l'engagement de plus de 750 organisations et individus mobilisés pour un Québec sain.

Le Collectif Vital est une initiative de l'Association pour la santé publique du Québec.

5455, avenue de Gaspé, bureau 200

Montréal (QC), H2T 3B3

Tél. : 514 598-8058

info@collectifvital.ca



Sommaire

Les réseaux sociaux peuvent jouer un rôle positif dans la vie des jeunes : ils permettent de s'informer, de partager des intérêts communs et de tisser des liens sociaux. Toutefois, certains comportements, contenus problématiques et stratégies déployées par les géants des réseaux sociaux soulèvent d'importantes préoccupations de santé publique. Sédentarité, mauvaise qualité du sommeil, baisse de l'estime de soi, risque accru de troubles alimentaires, cyberintimidation, sont autant de problématiques associées à l'utilisation des réseaux sociaux, qui nuisent à la santé et au développement des jeunes^{1,2}.

Ces problématiques sont accentuées par le modèle d'affaires des géants des réseaux sociaux, qui repose principalement sur la captation de l'attention : algorithmes, défilement infini, publicités ciblées et notifications sont conçus pour maximiser le temps passé en ligne³. Pour autant, dans un monde hyperconnecté, l'idée n'est pas de culpabiliser ni de bannir les réseaux sociaux de la vie des jeunes, mais de leur permettre d'adopter une utilisation équilibrée et éclairée.

Devant l'ampleur et la rapidité des transformations numériques, cet enjeu de société dépasse la responsabilité individuelle et appelle une réponse collective. Dans les dernières années, plusieurs administrations dans le monde, dont le Québec, ont entrepris des travaux pour agir. En 2024, le gouvernement du Québec a mis sur pied une Commission spéciale sur les impacts des écrans et des réseaux sociaux sur la santé et le développement des jeunes, dont le rapport final a été déposé en mai 2025. Le Collectif Vital a contribué activement à ces travaux et appuie ses recommandations. Leur mise en œuvre efficace passe par une collaboration entre les gouvernements provincial et fédéral.

Le présent mémoire expose les recommandations du Collectif Vital afin d'appuyer la mise en œuvre du projet de loi C-34 et en faire un véritable levier de protection pour les jeunes en ligne.

Dans le cadre des consultations de la Chambre des communes du Canada sur le projet de loi C-34 Loi sur les médias sociaux sécuritaires, le Collectif Vital recommande de :

1. Limiter l'exposition aux flux addictifs conçus pour maximiser le temps passé en ligne;
2. Encadrer la publicité d'aliments et de boissons de faible qualité nutritionnelle destinée aux enfants;
3. Créer un statut de « signaleurs de confiance » assorti d'une analyse prioritaire de leurs signalements;
4. Afficher des messages de prévention sur les réseaux sociaux;
5. S'appuyer sur les expériences internationales de modification de la majorité numérique afin d'anticiper les enjeux d'applicabilité;
6. Établir des mécanismes de collaboration entre la *Commission canadienne de la sécurité numérique* et les organismes provinciaux compétents.

Des actions en faveur de la santé et la sécurité des jeunes en ligne

Le 10 juin 2026, le gouvernement du Canada a déposé [le projet de loi C-34 Loi sur les médias sociaux sécuritaires](#). Ce projet de loi propose de définir deux nouvelles lois : la *Loi sur la sécurité numérique* et la *Loi sur la Commission canadienne de la sécurité numérique*. Le Collectif Vital accueille favorablement cette initiative et propose des recommandations pour en renforcer la portée, dans l'intérêt de la santé et de la sécurité des jeunes.

Loi sur la sécurité numérique : renforcer les obligations et les responsabilités des géants des réseaux sociaux

Certains géants des réseaux sociaux ont adopté des mesures d'autorégulation pour renforcer la sécurité des jeunes, mais leur efficacité reste limitée et sert souvent à échapper à des règles plus strictes. Ces mesures reposent surtout sur le contrôle parental, utile, mais souvent mal appliqué ou facilement contourné ⁴. Simultanément, ces mêmes compagnies rendent leurs plateformes toujours plus attrayantes pour augmenter le temps d'écran. L'autorégulation ne suffit donc pas pour assurer une protection réelle et cohérente des jeunes.

Dans un contexte où la santé et le bien-être des jeunes sont en jeu, l'intervention du gouvernement du Canada devient indispensable pour fixer des balises claires et exemptes de conflits d'intérêts. **C'est l'objectif des nouvelles obligations et responsabilités proposées par le projet de loi C-34, que le Collectif Vital propose d'enrichir par plusieurs mesures concrètes.**

Obligation de protéger les enfants

L'obligation principale du projet de loi C-34 est celle de protéger les enfants.

« L'obligation de protéger les enfants exige que les services réglementés mettent en place **des caractéristiques de conception** qui rendent leurs services plus appropriés et sécuritaires pour les enfants. »⁵.

Or, plusieurs fonctionnalités et caractéristiques de conception des plateformes soulèvent des préoccupations pour la santé et le bien-être des jeunes, particulièrement les flux addictifs.

Recommandation 1 : Limiter l'exposition aux flux addictifs conçus pour maximiser le temps d'utilisation, l'attention et l'engagement des utilisateurs et utilisatrices.

Les flux addictifs sont conçus pour capter l'attention et maximiser le temps passé sur les plateformes. Ils reposent sur la combinaison de deux mécanismes^{3,6} :

- Le défilement infini qui permet de consulter du contenu en continu et favorise la perte de la notion du temps;

- Les algorithmes de recommandation qui analysent en permanence les interactions des utilisateurs et utilisatrices (vues, mentions « j'aime », commentaires, temps passé sur un contenu, etc.) pour leur proposer du contenu adapté à leurs intérêts.

Ensemble, ils créent un flux personnalisé, optimisé et continu, où le contenu devient toujours plus attrayant, ce qui peut mener à une utilisation excessive, voire à des comportements addictifs envers les réseaux sociaux⁷.

Face à ces enjeux, des initiatives internationales émergent et peuvent inspirer le Canada :

- L'État de New York a adopté en juin 2024 le [SAFE for Kids Act](#), qui restreint l'accès aux flux addictifs pour les moins de 18 ans sans consentement parental. Par défaut, les comptes des mineurs n'affichent que les contenus des comptes auxquels ils sont abonnés, présentés en ordre chronologique⁸.
- En Europe, le [Digital Services Act \(DSA\)](#) oblige les plateformes à offrir une option de flux non personnalisé, permettant aux utilisateurs et utilisatrices de choisir un flux chronologique plutôt que basé sur les algorithmes de recommandation⁹. Aux Pays-Bas, les tribunaux ont confirmé l'obligation de Meta à offrir cette option sur ces plateformes, sous peine d'une amende pouvant atteindre 10 millions d'euros^{10,11}.

Ces exemples démontrent que, lorsqu'un gouvernement légifère pour protéger la population des mécanismes problématiques des réseaux sociaux, les plateformes sont contraintes de modifier leur conception. **Le Collectif Vital propose donc d'ajouter à l'obligation de protéger les enfants des exigences précises pour limiter l'exposition aux flux addictifs.** Ces exigences pourraient même s'appliquer à l'ensemble de la population. Une [fiche d'information](#) détaille cette recommandation.

Recommandation 2 : Encadrer le marketing des produits nocifs auprès des enfants, en particulier la publicité d'aliments et boissons de faible qualité nutritionnelle.

Sur les réseaux sociaux, les enfants et les adolescents du Canada sont respectivement exposés à 1 500 et 9 000 publicités d'aliments et de boissons par année¹². La majorité de ces produits sont de faible qualité nutritionnelle¹³. La science est claire : le marketing alimentaire influence les connaissances, les préférences et les comportements des enfants¹⁴.

- Au Québec, la [Loi sur la protection du consommateur \(LPC\)](#) interdit depuis 1980 toutes pratiques commerciales visant les enfants de moins de 13 ans. La province figure parmi les pionniers dans le monde. À l'échelle fédérale, le gouvernement du Canada a publié en 2023 la [Mise à jour de la politique sur la restriction de la publicité alimentaire destinée principalement aux enfants](#), qui met l'accent sur la télévision et les médias numériques. Le gouvernement du Canada gagnerait à finaliser l'adoption de cette politique.

Le projet de loi C-34 offre au Canada une opportunité supplémentaire de concrétiser ses engagements en matière de publicité aux enfants. **Le Collectif Vital propose donc d'ajouter à l'obligation de protéger les enfants des exigences précises pour limiter leur exposition à la publicité d'aliments et de boissons riches en sucre, sodium et gras saturés dans l'environnement numérique.**

Obligation d’agir de manière responsable

Une autre obligation du projet de loi C-34 est celle d’agir de manière responsable.

« L’obligation d’agir de manière responsable implique d’atténuer le risque que les utilisateurs soient exposés à du contenu préjudiciable, à **ajouter une étiquette au contenu généré de manière synthétique**, et fournir des moyens clairs et accessibles de **signaler le contenu nuisible** et de bloquer d’autres utilisateurs. »⁵.

Plusieurs mesures concrètes peuvent soutenir la mise en œuvre de cette obligation, notamment pour renforcer les mécanismes de signalement et mieux informer sur les risques associés aux réseaux sociaux.

Recommandation 3 : Définir un statut de « signaleurs de confiance » et exiger une analyse prioritaire de leurs signalements en ligne.

En ligne et sur les réseaux sociaux, les jeunes sont exposés à des contenus et des comportements préjudiciables, voire illicites : discours haineux et discriminatoires, désinformation, cyberintimidation, images et vidéos choquantes, nudité, exploitation sexuelle, promotion du suicide, etc. Les utilisateurs et utilisatrices peuvent signaler ces contenus aux plateformes, mais les systèmes actuels comportent des limites qui nuisent à leur efficacité.

En Europe, le [DSA](#) prévoit que des « signaleurs de confiance » bénéficient d’une analyse prioritaire de leurs signalements, garantissant une identification et un traitement plus rapides des contenus préjudiciables¹⁵. Le Canada pourrait s’inspirer de ce modèle en désignant des organismes spécialisés pour un traitement prioritaire de leurs signalements.

- Par exemple, une organisation comme [Cyberaide.ca](#), spécialisée dans le signalement de cas d’exploitation sexuelle d’enfants en ligne, pourrait obtenir ce statut.

Le Collectif Vital propose donc la création d’un statut de signaleur de confiance afin de soutenir l’obligation d’agir de manière responsable. Une [fiche d’information](#) détaille cette recommandation.

Recommandation 4 : Afficher des messages de prévention sur les réseaux sociaux.

L’affichage de messages de prévention et d’avertissement sur les réseaux sociaux, notamment proposé par le médecin-chef des États-Unis, permettrait d’informer les utilisateurs et utilisatrices des effets potentiels de ces plateformes sur la santé²¹⁶. Dans une logique de précaution, ces messages pourraient sensibiliser aux impacts du temps d’écran, aux risques liés à l’exposition à des contenus préjudiciables et aux ressources d’aide disponibles.

L’expérience canadienne des mises en garde sur les produits du tabac¹⁷, dont l’efficacité pour réduire l’attrait et sensibiliser les jeunes est démontrée¹⁸, offre un précédent pertinent.

- Certaines plateformes de réseaux sociaux ont déjà intégré des messages de prévention pour contrer la désinformation sur la COVID-19 et rediriger vers des sources fiables¹⁹. Les plateformes ont donc développé la technologie nécessaire pour afficher ce type de messages.

Le projet de loi C-34 prévoit déjà l'ajout d'une étiquette informative aux contenus générés par l'intelligence artificielle, une mesure très pertinente. **Le Collectif Vital recommande que d'autres messages de prévention puissent être ajoutés dans la même logique.** Une [fiche d'information](#) détaille cette recommandation.

Exigence quant à l'âge minimum

Plusieurs pays redéfinissent l'âge minimum pour accéder aux réseaux sociaux. L'Australie a fait figure de pionnière avec une interdiction pour les moins de 16 ans, adoptée en décembre 2025. Le projet de loi C-34 prévoit lui aussi une majorité numérique à 16 ans, au lieu des 13 ans retenus jusqu'ici par la plupart des plateformes.

« Pour les services de médias sociaux, le gouvernement prévoit **mettre en place un âge minimum de 16 ans pour avoir un compte**. La Commission pourra accorder une exception à un service de média social s'il a pris et maintenu des mesures de sûreté suffisantes pour les enfants. »⁵.

Cette mesure a le mérite d'envoyer un message clair et de responsabiliser les plateformes quant à la protection des jeunes face aux impacts des réseaux sociaux avant un certain âge. Sa mise en œuvre soulève toutefois des défis qui méritent d'être pris en compte.

Recommandation 5 : S'appuyer sur les expériences internationales de modification de la majorité numérique afin d'anticiper les enjeux d'applicabilité.

En Australie, [un rapport de l'organisation eSafety](#), chargée d'appliquer la Loi sur la sécurité en ligne, révèle que 4,7 millions de comptes de jeunes de moins de 16 ans ont été supprimés, mais que trop de jeunes continuent d'accéder aux réseaux sociaux en contournant facilement les mesures de vérification de l'âge²⁰.

- Parmi les parents dont l'enfant avait un compte avant l'interdiction d'accès aux réseaux sociaux aux moins de 16 ans, environ 7 parents sur 10 déclarent que leur enfant possède toujours un compte sur Facebook, Instagram, Snapchat et/ou TikTok. Les principales raisons évoquées sont que les plateformes n'avaient pas encore demandé de vérifier l'âge, ou qu'elles autorisaient plusieurs tentatives de vérification de l'âge jusqu'à l'obtention d'un résultat de 16 ans et plus¹⁸.

En somme, la majorité numérique à 16 ans responsabilise davantage les plateformes, mais elle ne suffira pas à elle seule à protéger les jeunes en ligne. **Le Canada devra veiller à ce qu'elle s'appuie sur des mécanismes de vérification de l'âge fiables et respectueux des données personnelles des jeunes, pour assurer son efficacité.**

Loi sur la Commission canadienne de la sécurité numérique : une autorité indépendante sur laquelle s'appuyer

La création d'une autorité chargée d'appliquer la *Loi sur la sécurité numérique* répond à un besoin réel, dans un contexte où les technologies numériques sont en constante évolution.

« Les détails de certaines obligations prévues par la *Loi sur les médias sociaux sécuritaires* seront décrits dans les règlements émis par la *Commission de la sécurité numérique*. La Commission pourra ainsi **adapter ces obligations en fonction des nouveaux risques en ligne** et des changements technologiques. »⁵.

Recommandation 6 : Établir des mécanismes de collaboration entre la *Commission canadienne de la sécurité numérique* et les organismes provinciaux compétents.

Une telle collaboration entre le Canada et ses provinces renforcerait les fonctions de surveillance de la Commission et sa capacité d'adaptation face aux plateformes.

- En Europe, une autorité indépendante appelée « coordinateur des services numériques » a été désignée dans chacun des États membres pour assurer l'application du [*DSA*⁹](#). Par exemple, en France, l'instance qui détient ce rôle est l'[*Autorité de régulation de la communication audiovisuelle et numérique \(Arcom\)*](#).

En s'inspirant de ce modèle, le Collectif Vital propose que la *Commission canadienne de la sécurité numérique* applique la loi à l'échelle du Canada, tout en collaborant avec des organismes compétents dans chacune des provinces, comme l'[*Office de la protection du consommateur*](#) et la [*Commission d'accès à l'information*](#) au Québec, afin d'adapter son application aux réalités provinciales.

Références

- ¹ Lemétayer F, et al. (2024) *Un modèle logique pour comprendre les usages des écrans et leurs effets sur la santé des populations*. Institut national de santé publique du Québec.
- ² The U.S. Surgeon General's Advisory. (2023). *Social Media and Youth Mental Health: The U.S Surgeon General's Advisory*.
- ³ Amirthalingam J, Khera A. (2024). Understanding Social Media Addiction: A Deep Dive. *Cureus* 16(10): e72499. doi:10.7759/cureus.72499
- ⁴ Hernandez, J. M., Ben-Joseph, E. P., Reich, S., & Charmaraman, L. (2024). Parental Monitoring of Early Adolescent Social Technology Use in the US: A Mixed-Method Study. *Journal of child and family studies*, 33(3), 759–776. <https://doi.org/10.1007/s10826-023-02734-6>
- ⁵ Gouvernement du Canada. (2026). *Projet de loi C-34, Loi sur les médias sociaux sécuritaires*.
- ⁶ Metzler, H., & Garcia, D. (2024). Social Drivers and Algorithmic Mechanisms on Digital Media. *Perspectives on psychological science : a journal of the Association for Psychological Science*, 19(5), 735–748. <https://doi.org/10.1177/17456916231185057>
- ⁷ De, D., El Jamal, M., Aydemir, E., & Khera, A. (2025). Social Media Algorithms and Teen Addiction: Neurophysiological Impact and Ethical Considerations. *Cureus*, 17(1), e77145. <https://doi.org/10.7759/cureus.77145>
- ⁸ Office of the New York State Attorney General. (2025). *Attorney General James Releases Proposed Rules for SAFE for Kids Act to Restrict Addictive Social Media Features and Protect Children Online*.
- ⁹ European Commission. (2026). *The Digital Services Act*.
- ¹⁰ Court of Appeal Amsterdam. (2026). *Meta Platforms Ireland Ltd. v. Stichting Bits of Freedom*, case no. 200.360.457/01.
- ¹¹ European Digital Rights. (2026). *Court again rules in favour of Bits of Freedom: freedom of choice for Instagram and Facebook users remains intact*.
- ¹² Harris, J. L., et al. (2020). Hooked on junk: Emerging evidence on how food marketing affects adolescents' diets and long-term health. *Current Addiction Reports*, 19–27. <https://doi.org/10.1007/s40429-020-00346-4>
- ¹³ INFORMAS Canada. (2025). *Un regard approfondi sur les environnements alimentaires au Canada*.
- ¹⁴ Heart and Stroke Foundation of Canada. (2025). *Protecting our Children: Restricting Food and Beverage Marketing to Kids*.
- ¹⁵ European Commission. (2024). *Signaleurs de confiance au titre de la législation sur les services numériques*.
- ¹⁶ Texte d'opinion du médecin-chef des États-Unis. (2024). *Social media health warning*. *The New York Times*.
- ¹⁷ Gouvernement du Canada. (2023). *Règlement sur l'apparence, l'emballage et l'étiquetage des produits du tabac*.
- ¹⁸ Organisation mondiale de la santé. (s.d.). *Encouraging health warnings on tobacco packaging*.
- ¹⁹ Le Monde. (2020). *Coronavirus : Facebook va vous avertir si vous avez réagi à des messages considérés comme dangereux pour la santé*.
- ²⁰ Australian Government. (2026). *Social Media Minimum Age : Compliance update*. eSafetyCommissioner.