Une fille de quatre ans avance seule dans la mer. Son père rattrape son bras pour lui mettre des brassards et dit « Tu vois, l’eau c’est vraiment génial. Ça donne envie de plonger dedans. ». La fille, en gros plan, écoute son père dire « Mais au début, il faut faire attention, ça peut être très dangereux. ». Une vague s’abat sur l’écran. La fille a grandi et a désormais huit ans. Elle entre dans l’eau, son père la regarde faire depuis la plage. Nous retrouvons le père dans l’eau, aidant sa fille à faire la planche. La voix off du père continue : «Mais ne t’inquiète pas, je t’apprendrai petit à petit à te débrouiller seule ». La fille plonge dans l’eau et ressort le sourire aux lèvres, son père derrière elle. La fille a grandi et a maintenant quatorze ans. Elle est sur une planche de bodyboard, son père à côté d’elle. La voix off du père continue : « Plus tard, là, tu pourras vraiment profiter ». Son père pousse le bodyboard pour qu’elle prenne la vague. Nous retrouvons le père avec sa fille de quatre ans, accompagnée de sa mère, sur leur canapé. Le père tient une tablette qu’il donne à sa fille et dit : « Pour les écrans, c’est pareil ma puce. Il faut d’abord qu’on t’apprenne et qu’on t’accompagne. ». Un texte apparaît sur la scène : « Pour plonger sur les écrans et surfer sur internet, votre enfant a besoin de vous. Retrouvez des conseils sur jeprotègemonenfant.gouv.fr ». Écran avec le logo du Gouvernement.