



Projet Écrans

Parlons de notre exposition aux écrans du quotidien

Source d'inspiration ou d'inquiétude, quelle est votre relation aux écrans ?

Savez-vous qu'entre 0 et 1 an, les bébés passent déjà jusqu'à 56 minutes par jour sur des écrans ? Que ce temps grimpe à 1h40 en moyenne pour les 3 – 6 ans ? Et à plus de 7 heures pour les 15 – 17 ans ?

24% des 8-18 ans ne tiendraient pas plus d'1 heure sans leur smartphone ! (sources INED et INSERM avril 2024 + Etude Association e-Enfance/3018).

Si les outils numériques sont de remarquables outils d'éveil et de formation, leur hyper exposition peut conduire à des effets qui impactent le développement et la santé de nos enfants :

- conséquences sur le développement cognitif, la capacité d'attention, la mémoire, la parole, le langage, les résultats scolaires ;
- conséquences sur la santé physique : obésité, sédentarité, augmentation d'aliments malsains, sommeil insuffisant, troubles visuels ;
- conséquences sur la santé mentale : risque de dépression, d'anxiété, d'isolement social.

Pour mieux comprendre, la Recherche Scientifique* en association avec la Ville de Pau, lance une vaste enquête auprès de la population et vous invite à répondre à un questionnaire anonyme en ligne. **Flashez le QR Code ci-contre et laissez-vous guider. Tout le monde est concerné** ; les enfants de moins de 12 ans se feront assister de leurs parents.

Le questionnaire est disponible en ligne jusqu'en mai 2025 et demande 15 minutes de votre temps.

Il est aussi disponible sur notre page d'information, sous le lien : <https://projet-ecrans.pau.fr/>

Les résultats seront restitués au terme de l'enquête et une politique publique d'accompagnement sera mise en œuvre pour aider les parents dans une meilleure maîtrise des outils et usages du numérique.

Vous avez une question ? écrivez-nous à projetecrans@agglo-pau.fr

*Laboratoire SANPSY (CNRS 33, Université de Bordeaux, Centre Hospitalier Charles Perrens de Bordeaux) et le Centre Hospitalier des Pyrénées de Pau.



Projet Écrans

Parlons de notre exposition aux écrans du quotidien

