

QUELQUES RÉFÉRENCES

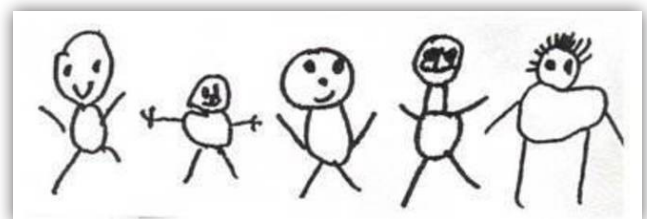
CONSÉQUENCES

Dessins d'enfants de 5 à 6 ans,
exposés à ...

- d'1h de télévision /jour.



+ de 3h de télévision /jour.



SUR INTERNET

www.surexpositionecrans.org/les-4-pas

www.yapaka.be

www.3-6-9-12.org

<https://bougribouillons.fr>

YouTube Kids®

(et non YouTube®!)

RÉFÉRENCE BIBLIOGRAPHIQUE

Pr Linda PAGANI

(professeure de psychoéducation à Montréal)

Dr Serge TISSERON

(psychiatre, psychanalyste Université Paris VII)

Pr Daniel MARCELLI

(pédopsychiatre au CH Henri Laborit de Poitiers)



0/6 ANS LES ENFANTS & LES ÉCRANS !

Intersecteur de pédopsychiatrie



DE QUOI VOTRE ENFANT A-T-IL BESOIN ?

0 - 3 ANS
PAS d'écran

Je joue beaucoup au sol
(tapis d'éveil, jouets, 4 pattes, marche...)
Je découvre le monde avec mon corps.
J'ai besoin de bouger, de toucher,
de sentir, de goûter. **Joue avec moi!**

Parle moi
J'ai besoin d'entendre des gens
parler et me parler.

Raconte-moi des histoires,
regarde-moi,
prend-moi dans tes bras,
Joue avec moi!



Lis-moi des histoires,
chante-moi des comptines!
J'ai aussi besoin de moments
sans bruit et sans activité!
Pendant les repas et pour m'endormir,
j'ai besoin de calme
et que tu t'occupes de moi!

MOTRICITÉ

Je bouge et c'est normal!
Je fais du toboggan et du vélo.
J'adore les parcs de jeux, la piscine...
J'aime jouer dehors.
J'aime le dessin, la pâte à modeler, la peinture...

RELATION

J'apprends à avoir des copains.
J'apprends à partager, à prêter.
Je peux découvrir la cuisine, le jardinage,
le bricolage avec toi.
J'ai besoin que parfois tu me dises NON!

ÉVEIL

Je découvre les premiers jeux de société.
J'aime me déguiser, faire semblant.
Continue à me lire des histoires.
Continue de chanter, j'aime apprendre
des chansons!

!!! **PAS d'écran** !!!
dans la **chambre des enfants** !!!

3 - 6 ANS

LIMITER le temps d'écran
(30 min/jour) avec un programme
adapté à l'âge de l'enfant.

DANGERS & CONSÉQUENCES DES ÉCRANS ?



Toutes les études montrent que l'utilisation précoce de la télévision, la tablette, le téléphone et l'ordinateur **empêche le bon développement du cerveau et de l'intelligence**. Les écrans réduisent aussi les temps d'échange avec les autres ce qui a un effet néfaste sur **le développement du langage** (vocabulaire, structure de phrases...). L'exposition précoce aux écrans provoque des **"symptômes d'allure autistique"** (syndrome EPEE).

La télévision continuellement allumée dans la pièce de vie, même si l'enfant ne la regarde pas, crée des **troubles de l'attention et de la concentration**. Les enfants trop exposés ont davantage de mal à réguler leurs émotions ce qui provoque de **l'agitation et des colères**.

Ils peuvent aussi présenter des troubles du **sommeil, de la vision et une tendance au surpoids**.

Par ailleurs, les écrans ne favorisent pas le **développement des gestes du dessin et de l'écriture**.

