

« Ecran en veille, Enfant en éveil »

L'enfant se développe en touchant, manipulant, jetant, courant, jouant : il expérimente son environnement.

Ce sont toutes ces activités, en interactions avec son entourage, qui développent ses capacités motrices, psychologiques, affectives et intellectuelles.

De 0 à 3 ans =
EVITER tous les écrans

La TV ne s'adresse pas à l'enfant, aucune parole ne lui est destinée, l'enfant est alors passif et reçoit une multitude d'informations que son cerveau ne peut pas traiter, car il est immature.

De 3 à 6 ans =
LIMITER les écrans,
proposer des programmes
adaptés et interactifs en présence
de l'adulte.

Les écrans sont NEFASTES par leur forte charge émotionnelle (violence, peur, tristesse,...) qui submerge l'enfant et qu'il ne peut pas gérer tout seul.

Les risques pour les enfants surexposés aux écrans :



- Nocif pour le développement du cerveau.
- Retard de langage.



- Troubles de l'attention.
- Troubles psychomoteur.
- Troubles du sommeil.



- Augmentation de l'agressivité.



- Appauvrissement de la mémoire.
- Impact sur la réussite scolaire et l'estime de soi.



- Favorise la prise de poids.
- Favorise l'isolement social.
- Favorise les risques d'addiction.

...

Les enfants et les écrans : ATTENTION DANGER !



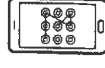
Exposer les enfants aux écrans n'est pas sans risque.

C'est pourquoi une campagne de prévention pour les enfants âgés de 0 à 12 ans est mise en place par la **HAUTE AUTORITE DE SANTE**.

Le Centre Médico-Psychologique infanto-juvénile de La Seyne sur Mer (CMP) soutient cette démarche.

En effet des **conséquences graves** sont constatées sur le développement psychologique et psychomoteur des **enfants exposés trop jeunes et trop longtemps** aux écrans (TV, jeux vidéo, tablette, portable...).

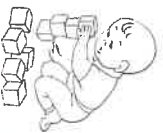
Il est important d'en **connaître les dangers** afin de mieux les utiliser.



Quelques repères

0 à 3 ans

- Pas de TV avant 3 ans !
- Poser un cadre clair dès cet âge.
- Soutenir les jeux qui développent sa créativité, son imaginaire, ses capacités intellectuelles et langagières.



3 à 6 ans

- TV fortement déconseillée.
- Privilégier les écrans INTERACTIFS (tablette) en présence d'un adulte.
- Jeux vidéo adaptés et éducatifs.
- 2 sessions de 20 minutes/jour maximum.



6 à 9 ans

- TV en autonomie mais avec un adulte à proximité. Programmes adaptés (pas de violence).
- 2 sessions de 30 minutes maximum / jour.
- Privilégier les jeux vidéo en famille, à plusieurs, qui développent l'intelligence, la capacité à résoudre des tâches compliquées et à prendre des initiatives.

Les sigles à connaître et à respecter selon l'âge et la maturité de l'enfant.

Jeux vidéo



Le fait d'exposer des enfants à des programmes qui sont susceptibles de les heurter durablement est une **NEGLIGENCE.**

EXEMPLE DE JEUX INTERDITS :

Télévision

