



UTILISATION DES ÉCRANS

SAVIEZ-VOUS QUE ?

Environ 17 % des enfants lanaudois de maternelle 5 ans regardent des écrans 2 heures et plus par jour.¹

Environ 56 % des enfants lanaudois de maternelle 5 ans sont **peu ou pas actifs** durant leur temps libre.¹

Environ 55 % des enfants lanaudois de maternelle 5 ans ont rarement ou **jamais fréquenté une bibliothèque** au cours de la dernière année.¹

Depuis quelques décennies, les enfants passent **plus de temps de loisirs à l'intérieur**, souvent devant des écrans, plutôt qu'à l'extérieur.²

Environ 30 % des enfants lanaudois de maternelle 5 ans ont rarement ou **jamais fréquenté l'aréna ou le terrain de sport** de leur municipalité au cours de la dernière année. Pour la piscine, la pataugeoire ou les jeux d'eau, cette proportion s'élève à près de 40 %.¹

Près du tiers des parents lanaudois considèrent que les discussions entourant l'utilisation des écrans engendrent des **tensions et des conflits** avec leurs enfants.³

Un usage inapproprié des écrans amène divers **risques pour la santé, le développement global et la réussite éducative** des enfants.⁴

La présence et l'**accessibilité d'espaces verts** sont associées à une meilleure efficacité des programmes de **diminution du temps d'écran**.⁵

MISONS SUR DES ACTIVITÉS SANS ÉCRAN QUI FAVORISENT LE DÉVELOPPEMENT DES JEUNES ENFANTS !



Développe le sentiment d'appartenance au quartier.

Développe le plaisir de jouer dehors.

LA CRÉATION D'ENVIRONNEMENTS FAVORABLES À UNE SAINTE UTILISATION DES ÉCRANS : UNE RESPONSABILITÉ PARTAGÉE !

Rôles, leviers, pouvoirs d'agir du milieu municipal.

- Nous aménageons des espaces verts de proximité et favorables au jeu libre et actif.
- Nous autorisons des rues de jeu libre et créons les conditions nécessaires pour favoriser la participation et la cohabitation des petits et grands citoyens.
- Nous offrons des espaces publics, des activités et des événements qui répondent aux besoins des familles et qui encouragent la déconnexion des écrans.
- Nous mettons à disposition de l'équipement pour favoriser les activités extérieures.
- Nous aménageons des voies piétonnes et cyclables sécuritaires, connectées aux infrastructures de loisirs, aux écoles, aux bibliothèques, etc.
- Nous améliorons la perception de sécurité afin de favoriser l'utilisation des espaces publics.
- Afin de favoriser l'égalité des chances, nous appliquons ces recommandations dans tous les secteurs, en portant une attention particulière aux milieux défavorisés.
- Autre engagement : _____

À CONSULTER

Avez-vous pensé à vos plus petits citoyens ?

Observatoire des tout-petits

https://tout-petits.org/media/2094/brochuremunicipale_vf_web.pdf

Solutions pour des municipalités vivantes

ESPACE MUNI

<https://espacemuni.org>

Projets en santé des collectivités

100°

<https://centdegres.ca>

ENVOLEE



Pour en savoir plus
envoleelanaudiere.com

Réalisé grâce au soutien financier du ministère de la Famille

¹ Lavallée, É. (2024, janvier). Enquête québécoise sur le parcours préscolaire des enfants à la maternelle (EQPPEM) 2022 : Résultats lanauois. Centre intégré de santé et de services sociaux de Lanaudière, Direction de santé publique, Service de surveillance, recherche et évaluation. https://www.ciass-lanaudiere.gouv.qc.ca/fileadmin/internet/ciass_lanaudiere/Documentation/Sante_publique/Themes/Developpement_de_l_enfant_0-5_ans/EQPPEM_2022.pdf

² Société canadienne de pédiatrie. (2024). Le développement sain de l'enfant par le jeu risqué extérieur : Un équilibre à trouver avec la prévention des blessures. Document de principes. <https://cps.ca/fr/documents/position/le-jeu-risque-exterieur>

³ Lavallée, É. (2024, mai). Enquête québécoise sur la parentalité 2022 : Comment se portent les parents lanauois ? On surveille pour vous — Bulletin d'information lanauois (No 100). Centre intégré de santé et de services sociaux de Lanaudière, Direction de santé publique, Équipe de surveillance, recherche et évaluation. https://www.ciass-lanaudiere.gouv.qc.ca/fileadmin/internet/ciass_lanaudiere/Documentation/Sante_publique/Bulletins/On-surveille_pour_vous/OSPV-2024-100-EQP_2022_.pdf

⁴ Gouvernement du Québec. (2022). Stratégie québécoise sur l'utilisation des écrans et la santé des jeunes 2022-2025 — Favoriser une utilisation saine. Ministère de la Santé et des Services sociaux. <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2021/21-289-03W.pdf>

⁵ University of Michigan. (2023, February 22). Efforts to reduce kids' screen time weakened by unequal access to green space. University of Michigan News. <https://news.umich.edu/efforts-to-reduce-kids-screen-time-weakened-by-unequal-access-to-green-space>