

## [OBSERVATOIRE DE LA VUE 2019 IPSOS POUR KRYG GROUP]

Enseignement N°2 **Les enfants passent en moyenne 1h56 devant les écrans mais l'utilisation des écrans le soir explose. Soyons vigilants !**

Nanterre, le 4 mai 2020 – KRYG GROUP continue de dévoiler les résultats de la 4<sup>ème</sup> édition de son Observatoire de la Vue des enfants.

**Bonne nouvelle ! Les campagnes de sensibilisation aux dangers des écrans pour les enfants semblent porter leurs fruits : pour la première fois depuis le lancement de cet Observatoire, le temps passé par les enfants devant un écran baisse, de 22 minutes entre 2018 et 2019 !** Il est certes encore trop tôt pour en voir les effets positifs mais c'est un progrès, surtout quand on sait que la part des enfants ayant des problèmes de vue ne cesse d'augmenter. 32% des parents interrogés ont des enfants âgés de 3 à 10 ans concernés par un problème de vue (+1 point par rapport à 2018).

**Plusieurs points de vigilance émergent cependant. Déjà, parce que les enfants de 3 à 10 ans continuent de consacrer quotidiennement 1h56 aux écrans. C'est beaucoup. Mais aussi et surtout, parce qu'ils le font de plus en plus le soir, une pratique particulièrement néfaste pour le développement des enfants.** Ce constat est alarmant, en particulier dans cette période de confinement pendant laquelle les écrans sont toujours plus incontournables, aussi bien pour maintenir le lien avec leurs amis que pour continuer à suivre leur programme scolaire.

### En moyenne, les enfants de 3 à 10 ans passent 1h56 devant un écran

C'est 22 minutes de moins qu'en 2018 où le temps passé était de 2h18 en moyenne.

Avec 1h13 de consommation quotidienne, la télévision reste (de loin) l'écran auquel les enfants consacrent le plus de temps chaque jour. Pour le reste, les enfants passent quotidiennement 26 minutes sur une tablette, 24 minutes sur une console de jeux, 19 minutes sur un ordinateur et 19 minutes également sur un smartphone. Les graphiques ci-dessous montrent que le temps passé devant les écrans est encore plus élevé pour les enfants ayant des problèmes de vue.

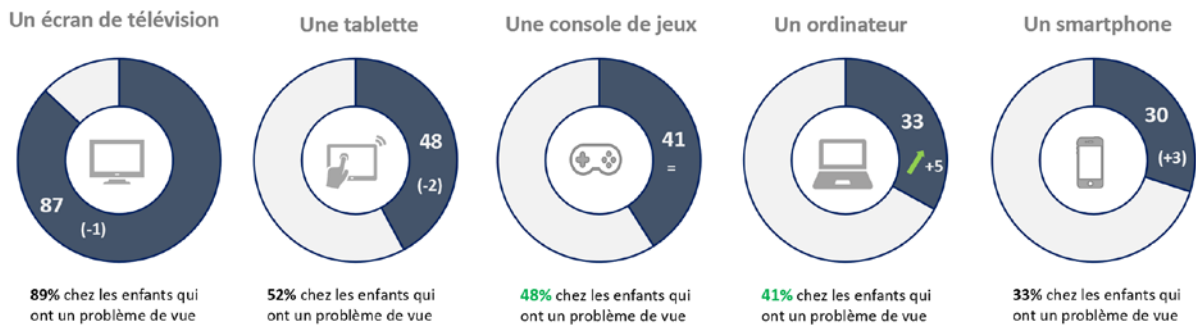


### Des enfants qui sont multi-écrans dès leur plus jeune âge

Comme en 2018, les enfants utilisent en moyenne 2,4 écrans régulièrement. 87% des enfants de 3 à 10 ans regardent la télévision (-1 point par rapport à 2018), 48% utilisent une tablette (-2 points) et 41% une console de jeu (stable). Si l'utilisation de ces écrans reste globalement stable, le recours à

un ordinateur ou un smartphone progresse respectivement de 5 et de 3 points. Ainsi, 33% des enfants se servent d'un ordinateur, et 30% d'un smartphone.

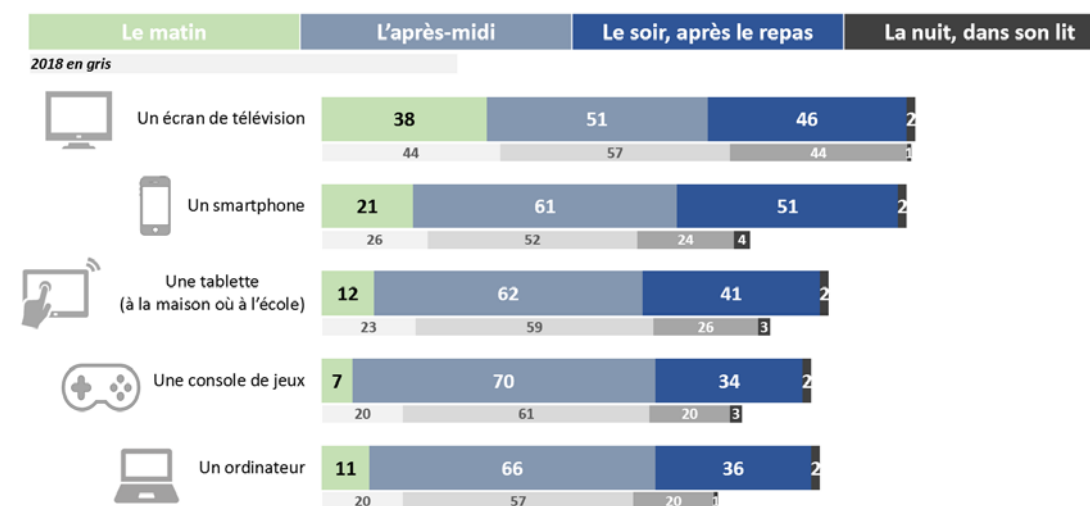
Si l'on se concentre sur les enfants ayant des problèmes de vue, on observe qu'ils sont plus nombreux à utiliser ces équipements puisque les proportions montent à 89% pour la télévision, 52% pour la tablette, 48% pour la console, 41% pour l'ordinateur et 33% pour le smartphone.



### Des usages des écrans différents selon le moment de la journée : la télévision le matin, la console l'après-midi et le smartphone le soir !

Si la baisse du temps passé devant les écrans est clairement une bonne nouvelle, elle masque une évolution des usages plus contrastée avec un point de vigilance : l'utilisation des écrans le soir après le repas. Jusqu'alors plutôt concentrée sur l'après-midi, la consommation des écrans se répartit désormais tout au long de la journée, et augmente fortement le soir !

Le smartphone est l'écran le plus utilisé après le repas et 51% des enfants l'utilisent juste avant le coucher. C'est 27 points de plus qu'en 2018 ! Plus généralement, le schéma ci-dessous montre une véritable explosion de l'utilisation des écrans le soir, un phénomène lourd de conséquences tant sur la santé visuelle que sur le développement des enfants.



Pour le Professeur Dominique BREMOND-GIGNAC, Chef du Service d'Ophtalmologie et d'Ophtalmologie Pédiatrique à l'Hôpital Universitaire Necker Enfants Malades et Administrateur scientifique de la Fondation KRYS GROUP, « l'Observatoire de la Vue 2019 met en évidence un début de prise de conscience quant aux conséquences des écrans sur la santé visuelle des enfants.

*Mais l'utilisation croissante des écrans le soir est une très mauvaise nouvelle car, en plus d'avoir un effet néfaste sur la vision de l'enfant, la lumière bleue des écrans pénalise fortement la qualité du sommeil, avec toutes les conséquences que l'on sait sur le développement de l'enfant. Deux tiers des parents considèrent qu'il est plutôt facile de contrôler et limiter l'utilisation des écrans chez les enfants. Alors, attirons leur attention sur la dangerosité des écrans juste avant le coucher ! Nous devons marteler encore et encore les messages de prévention pour que les parents responsabilisent leurs enfants face aux écrans. Surtout dans la période actuelle où nous sommes confinés chez nous et où les activités de plein air sont souvent remplacées par du temps passé ... devant un écran avec une sous-estimation probable du temps passé sur les consoles de jeux ! ».*

Etude menée par IPSOS du 7 au 24 octobre 2019 auprès d'un panel représentatif de 1000 parents d'enfants de 3 à 10 ans

## MEMO

### Les enfants et les écrans : bonnes pratiques

**Effectuer des interruptions de la lecture / travail sur écran toutes les 20 minutes**

**Limiter le travail sur écran, qui diffuse de la lumière bleue**

**Respecter une distance de 30 cm entre l'œil et le livre ou l'écran**

**Pratiquer des activités extérieures pour favoriser l'exposition à la lumière naturelle**

**Ne pas utiliser d'écran dans les 2h qui précèdent l'endormissement**

### À PROPOS DE KRYSP GROUP

Leader français du marché de l'optique, KRYSP GROUP marque sa différence par les valeurs coopératives qui l'ont porté depuis sa création en 1966. Fort de 1 398 magasins dans le monde sous 3 enseignes complémentaires – Krys, Vision Plus et Lynx Optique – KRYSP GROUP affiche des ventes de plus d'un milliard d'euros en 2018. Distributeur et producteur, il est le 1<sup>er</sup> employeur du secteur en France où il emploie 6 000 personnes. 1<sup>er</sup> verrier à obtenir, en 2012, le label « Origine France Garantie », KRYSP GROUP est le seul groupement d'optique à fabriquer lui-même ses verres en France, à Bazainville (78). Un gage de qualité, de rapidité et de compétitivité dont il fait directement bénéficier ses 4 millions de clients.

Depuis 2014, KRYSP GROUP a développé une offre dédiée à la santé auditive et compte aujourd'hui 140 points de vente Krys Audition.

Pour plus d'information, consulter notre site Internet : [www.krys-group.com](http://www.krys-group.com)

Retrouvez-nous sur les réseaux sociaux :



### Contacts Presse

#### EDIFICE Communication

Samuel Beaupain - 06 88 48 48 02 - [samuel@edifice-communication.com](mailto:samuel@edifice-communication.com)

Méline Montbrun - 06 49 58 54 79 - [melinda@edifice-communication.com](mailto:melinda@edifice-communication.com)