

**Edupax et le Département Lettres et communication sociale de l'UQTR  
ont le plaisir de vous inviter au colloque**

## **Les écrans : libération ou esclavage ?**

L'engouement des enfants et des adolescents pour les écrans inquiète plusieurs. Le temps que les adultes consacrent aux écrans augmente lui aussi. Cet engouement n'a-t-il que des bienfaits? Les technologies numériques permettent de faire des choses tellement fantastiques que l'on serait tenté de sous-estimer ses effets pervers.

Les études scientifiques sur les effets négatifs de la surexposition aux écrans ne cessent pourtant pas de s'additionner. On les compte par milliers mais elles sont méconnues du grand public. En septembre 2013, on apprenait que le Japon, la Chine et la Corée du Sud mettaient sur pied des camps de désintoxication numérique. L'Asie n'était pas seule, car quelques jours plus tard, on nous rapportait que des cliniques de désintoxication de l'Internet et des réseaux "sociaux" avaient ouvert leurs portes en Orégon, en Pennsylvanie .....et à Saint-Augustin, en banlieue de Québec.

Selon Jeunesse en Forme Canada, le nombre d'heures consacré aux écrans par nos enfants a dépassé la moyenne de 40 heures/semaine depuis 2006. Et comme il s'agit d'une moyenne, il faut comprendre que plusieurs jeunes y consacrent des heures de plus.

Après avoir laissé les jeunes devant les écrans aussi longtemps, doit-on s'étonner du taux d'obésité? Du déficit d'attention? Des troubles du comportement, de l'alimentation, du sommeil? De la baisse des notes? De l'abandon scolaire? Du manque d'intérêt de plusieurs enfants pour l'effort intellectuel? Du manque de patience? Des incivilités et du manque de politesse?

### **Et nos petits-enfants d'âge préscolaire?**

Quand on voit des petits de 3-4 ans s'amuser sur la tablette ou le ipod des parents, on les dirait presque plus intelligents que nous. C'est ignorer que les médecins traitent maintenant des milliers d'ados pour soigner la nomophobie, une nouvelle forme de névrose qui fait paniquer ceux qui en sont affectés au point de plus pouvoir passer la nuit sans leur téléphone "intelligent" ou leur tablette.

De temps à autre, les médias nous apprennent que la diffamation en ligne a poussé une adolescente au suicide. On consomme la nouvelle avec émotion mais on passe rapidement à d'autres nouvelles en se sentant démunis. Ces questions et plusieurs autres vous interpellent?

## **Bienvenue au colloque**

## **Les écrans: libération ou esclavage ?**

**UQTR, Pavillon Albert-Tessier, salle 1200 / Ludger-Duvernay**

**Le mercredi 4 mars 2015, de 10 à 16 heures**

### **Constats scientifiques documentés**

La hausse du temps-écrans ne se limite pas à bousculer la vie des familles; elle affecte aussi l'autorité parentale, la santé émotionnelle des jeunes, leur capacité d'attention, leur accès aux connaissances, leur comportement et le vivre ensemble, le climat scolaire, les notes et le décrochage, l'estime de soi et les relations de couple.

Des experts viendront témoigner du pouvoir addictif des écrans, des dommages à la santé des jeunes et de leur famille, et surtout, surtout, de la lumière au bout du tunnel: **les vertus de la déconnexion.**

Merci de relayer l'invitation à vos collègues, étudiants, contacts, amis et famille. Le nombre de billets est limité, d'où l'importance de réserver tôt.

**Réservations** : **Mariette Gélinas** / [mariettegelinas@videotron.ca](mailto:mariettegelinas@videotron.ca) / 819-379-1995

Coût : 5,00 \$. Le dîner à la cafétéria de l'UQTR est aux frais des participantes et participants.

### **Aperçu des conférences et tables rondes**

#### **MATINÉE**

**1. Dr Caroline Fitzpatrick**, chercheure rattachée à l'UdeM et au CHU Ste-Justine.

**Les écrans durant la petite enfance et le trouble du déficit de l'attention (TDAH): le rôle du fonctionnement exécutif.**

[http://www.dsp.santemontreal.qc.ca/dossiers\\_thematiques/tout\\_petits/thematique/activite\\_physique\\_et\\_tout\\_petits/problematique.html](http://www.dsp.santemontreal.qc.ca/dossiers_thematiques/tout_petits/thematique/activite_physique_et_tout_petits/problematique.html)

**2. Vanessa Brunetti**, étudiante à la Maîtrise en Santé publique.

**Écrans et sommeil: où est le problème?**

**3. Dr Joël Monzée**, docteur en neurosciences et psychothérapeute, directeur-fondateur de l'Institut du développement de l'enfant et de la famille.

<http://www.institutpci.com/Qu%C3%A9bec-Laurentides/monzee-joel.html>

Il est également professeur associé au département de psychiatrie de l'Université de Sherbrooke.

**Les écrans et le développement des enfants, quels sont les effets réels?**

**4. Élisabeth Papineau et Jean-François Biron**, Institut national de Santé publique du Québec.

**Mutations et mirages: l'évolution des jeux de hasard et d'argent en ligne au Québec.**

**5. Fannie Dagenais** du groupe ÉquiLibre.

**Temps-écran et image corporelle: à quels idéaux de beauté nos enfants sont-ils exposés?**

**6. Dr Komi Kounakou**, chercheur en communication pour enfant associé à la Chaire interdisciplinaire de recherche en littératie et inclusion de l'Université du Québec en Outaouais (UQO).

**Jeunes enfants togolais et réseaux sociaux numériques: atouts ou ruine ?**

**7. Carmen Landry**, professionnelle en communication avec 30 ans d'expérience, préoccupée par l'incursion médiatique dans les familles.

**Les nouvelles télévisées: un cheval de Troie ?**

**8. Emmanuelle Dumoulin**, Fondation québécoise des maladies du Cœur et de l'AVC.

**Sois futé, écrans fermés: un programme éducatif pour encourager les jeunes du primaire à diminuer le temps-écrans.** <http://www.ecranferme.soisfute.ca/>

**9. Jacques Brodeur, Edupax.** éducateur physique à la retraite, intervenant en prévention de l'intimidation, créateur du Défi 10 jours sans écrans.

**Décrocher des écrans pour mieux les maîtriser.**

<http://www.edupax.org/images/stories/edupax/PDF/SPP286.pdf>

**Repas vers 12h30**

**APRÈS-MIDI**

**1ère table ronde**

**Michel Neveu**, professeur retraité de l'UQTR, animera un échange entre six conférenciers issus de divers champs de formation universitaire:

- Hélène Carbonneau, Ph.D. (gérontologie) Loisir, culture et tourisme.
- David Crête, Ph.D. en cours (administration) Marketing.
- Yvon Laplante, Ph.D. (sémiologie) Communications sociales.
- Émilie Lefrançois, M.Ed. Éducation.
- Jean Lemoyne, Ph.D. (éducation) Sciences de l'activité physique,
- Karine Poitras, Ph.D. Psychologie.

**2e table ronde**

**Parents, grands-parents, enseignants: comment se concerter concernant la surexposition aux écrans et les vertus de la réduction du temps-écrans, pour notre progéniture et pour nous-mêmes.**

- Léo Guilbert, grand-papa, amateur de nature et jardinier, ex-enseignant de 6e année, membre actif des retraités verts Brundtland,
- Martine Châtelain, enseignante de Maternelle à la retraite, présidente de l'organisme Eau secours,
- Jean-Yves Proulx, grand-papa et ex-enseignant en informatique au secondaire.

**Source:**

**Jacques Brodeur, Edupax, 418-932-1562 / [Jbrodeur@edupax.org](mailto:Jbrodeur@edupax.org)**

**Michel Neveu, [Michel.Neveu@cgocable.ca](mailto:Michel.Neveu@cgocable.ca)**

**Yvon Laplante, UQTR, (819) 376-5011, poste 3284 / [Yvon.Laplante@uqtr.ca](mailto:Yvon.Laplante@uqtr.ca)**