



Ecoles Karine et Fischart / Dix jours sans télé, ordinateur ou console de jeux

Du cran face aux écrans

Dix jours sans télé, sans console, sans ordinateur, vous tiendriez le coup, vous? C'est le défi auquel se préparent 553 élèves des écoles Karine, à Haute-pierre, et Fischart, à la Meinau, du 10 au 19 mai, avec leurs parents, leurs enseignants et l'organisme strasbourgeois Eco-Conseil à l'origine de ce concept. Un jeu pour réfléchir à ses pratiques et apprendre à profiter de la vie autrement.

■ «Remplace la télé par la randonnée» «Plus d'écran, j'ai tout mon temps» «Attention, danger, télé sans idée»: Les enfants de l'école Karine, à Haute-pierre, ont préparé des affiches invitant à éteindre télévision, ordinateur, console de jeux et smartphone. Ce qu'ils s'approprient à faire du 10 au 19 mai.

Après une année de pause faite d'école candidate, voilà que revient le défi «Dix jours sans écrans, dix jours pour voir autrement» inventé en 2008 par l'organisme strasbourgeois Eco-Conseil. Cette année, l'école Fischart, à la Meinau, est aussi de la partie, ainsi qu'une dizaine d'autres écoles en France.

«Pour moi, le plus dur, ce sera la Wii»

Le principe: chaque jour, chaque élève gagne des points par tranche de son temps libre passée loin des écrans. A la fin, on calcule le pourcentage de temps libéré pour toute l'école pendant les dix jours, le but étant de s'approcher le plus du 100%.

«Moi je dis c'est une bonne idée, s'enthousiasme Miriam, en CM2. On va développer des connaissances intelligentes! Pour moi, le plus dur, ce sera la Wii. J'y joue tous les jours, dès que je termine mes devoirs, vers 17h...» Jusqu'à la nuit tombée. «Mais j'ai reçu un vélo samedi pour mes 11 ans. Alors ça me donne envie d'en faire; ça va m'aider pendant les dix jours.»

«Moi je regarde des films à la télé turque. Matin, midi et soir. J'adore!», confie Seda, au CM1. Mais je suis contente de faire ces dix jours. Parce que j'ai souvent les yeux tout gonflés à cause de la télé; ça fait mal. D'ailleurs demain, je vais essayer de ne pas l'allumer pour m'entraîner.» «Ça va être dur», redoute Fatih, en



A l'école Karine, enfants et adultes ont sélectionné les affiches qui circuleront dans les bus de la CTS pour faire connaître leur défi «10 jours sans écran». (Photo DNA - Cédric Joubert)

CM1, qui compte sur le programme d'activités mis en place par les parents et les enseignants pour lui faire oublier ses trois heures de Play 3 quotidiennes. Son petit frère Emre, en CE1, a déjà décidé que sans écran, ce serait aussi sans lui. Trop dur. «Mais non, c'est bien. Moi, je vais essayer, reprend le grand frère, On va s'occuper, on va faire du sport, des choses à la maison, en dehors...»

Zina, en CE2, affiche une détermination sans faille. Tant pis si la télé est dans sa chambre, où dort aussi une grande sœur pas concernée par le défi. «Si elle l'allume, j'irai au salon, prévoit-elle. Et puis ma mère, elle a dit, on va faire des sorties.»

«Les élèves ont des positions très arrêtées, constate le directeur Martial Lauck. Il y a ceux qui ont envie et ceux qui ne veulent absolument pas. Et les parents ont les mêmes réactions. Certains disent que c'est impossible pour eux-mêmes. Mais on leur demande un effort, au moins quand leurs enfants seront là.»

«Les élèves, le matin, ils baillent, ils sont épuisés»

C'est son équipe d'enseignants qui a insisté pour réaliser le défi. «Ils étaient à fond pour voir l'effet sur la concentration, la fatigue, la disponibilité des élèves. Et l'autre aspect, c'est renouer des relations dans la famille au travers des jeux, des sorties, des piques-niques.»

Dans cette école élémentaire où plus de la moitié des enfants possède une télé dans sa chambre -des statistiques banales- les enseignants constatent de plus en plus de fatigue et d'agitation, d'enfants incapables de fixer leur attention.

«La société leur demande de consommer, pas de réfléchir»

«Les élèves, le matin, ils baillent, ils sont épuisés, et quand on leur demande ce qu'ils ont fait, ils ont regardé la télé très tard. Ils ont aussi moins envie d'apprendre, constate le directeur, parce qu'ils sont devenus consommateurs. La société leur demande de consommer, pas de réfléchir.»

«C'est un vrai enjeu de société, estime Serge Hygen, d'Eco-Conseil, sur lequel on laisse faire parce que ça arrange beaucoup de monde.»

Les dix jours de sevrage ne feront pas éteindre les écrans pour de bon aux enfants -d'ailleurs ce n'est pas le but. Mais, espère le directeur, «ils auront goûté autre chose, vécu autre chose et sauront que, oui, c'est possible.»

On peut leur envoyer une carte ou une lettre à cette adresse: «Aux élèves des écoles Fischart et Karine -Défi des 10 jours sans écran -BP 40476 PRO -67010 Strasbourg Cédex». Pour les encourager à (re)découvrir famille et amis, cartes et ballons, livres et papillons.

Charlotte Dorn

Essai / «TV lobotomie»

La télé, ennemie publique

■ Dans son livre intitulé «TV lobotomie», le chercheur Michel Desmurget tire à bout portant sur le poste de télévision. Un réquisitoire musclé, qui nourrit la réflexion.

«Le petit écran est, au sens propre, un «tueur silencieux» qui, chaque année, coûte des milliards à la Sécurité sociale.»

Michel Desmurget, docteur en neuropsychologie et directeur de recherches à l'Inserm, ne mâche pas ses mots contre la télévision. Il publie «TV Lobotomie, la vérité scientifique sur les effets de la télévision» aux éditions Max Milo.

Le parti pris clairement affiché de son livre peut agacer, voire faire douter de sa démarche scientifique. Mais pourtant, sur 320 pages, les preuves s'accumulent: chiffres, statistiques, études, expériences, qui montrent toutes la même chose: oui, la télé est nocive, du nourrisson au senior, et à bien plus d'un titre.



40% des nouveau-nés de moins de trois mois regardent la télévision. (DR)

L'auteur s'appuie sur plus de 3000 références. La consommation cathodique influe directement sur la santé: surpoids, tabac, alcool, sexualité non protégée, maladie d'Alzheimer,

maladies cardio-vasculaires.

Elle étouffe le développement intellectuel des enfants et provoque des retards de langage, de l'échec scolaire et des troubles de l'attention.

Seize ans de sa vie devant le poste

L'ouvrage décrypte aussi les comportements des téléspectateurs. Sur une vie humaine, un Français regarde la télévision pendant onze ans en moyenne, et même seize ans si l'on enlève les heures de sommeil.

Le plus souvent, c'est l'adulte lui-même qui installe son enfant devant le poste (voire qui installe le poste devant l'enfant, dans sa chambre, comme c'est déjà le cas pour un quart des 6-8 ans). Par souci de «l'ouvrir sur le monde» ou plus égoïstement par besoin de se procurer quelques instants de répit.

Aujourd'hui en France, et c'est

relativement nouveau, 40% des nouveau-nés de moins de trois mois regardent la télévision, et 60% des bébés de moins d'un an.

Michel Desmurget démonte point par point l'argumentaire marketing des télé pour tout-petits qui ont fleuri ces dernières années, et met en garde les parents contre leur extrême nocivité, contrairement à toutes les promesses pédagogiques.

Alors qu'on n'a jamais acheté autant de téléviseurs en France, c'est un ouvrage qui fera réfléchir.

Cha.Do.

INTERVIEW / MICHEL DESMURGET

Le défi, «une idée géniale»

Contacté au sujet du défi strasbourgeois «Dix jours sans écran», le chercheur Alain Desmurget n'a pas caché son enthousiasme: «C'est une idée géniale. Je suis de tout cœur avec eux. Pour moi, c'est une question de santé publique.» Ce qui est bien, explique-t-il, ce n'est pas tant l'abstinence d'écran, mais tout l'accompagnement éducatif mené en parallèle pour réfléchir aux pratiques.

«On sait que ces sensibilisations marchent, en tout cas à moyen terme. Quand on décrit aux parents et aux enfants tous les effets de la télévision et qu'on leur fait réaliser le temps qu'ils passent devant, leur consommation immédiate s'en ressent. A long terme, on le sait moins, malheureusement elle remonte.»

L'expérience strasbourgeoise consiste aussi à éviter l'ordinateur et les consoles de jeu. Leurs effets néfastes sont-ils comparables à ceux du petit écran?

«D'abord, contrairement à ce qu'on entend, répond le scientifique, les ados regardent de plus en plus la télé; Internet ne lui vole pas de temps, qui est pris sur autre chose: le sommeil, le temps social. Il n'y a donc pas compensation mais cumul. D'ailleurs les plus gros consommateurs d'Internet sont aussi les plus gros consommateurs de télé. Mais Internet est un outil tellement polymorphe qu'en parler d'une façon générale n'a pas trop de sens.»

Pour les jeux vidéo, «les effets sur la violence, sur le sommeil, les résultats scolaires, sont les mêmes que ceux de la télévision. Les enfants y développent certes des compétences sensori-motrices, mais elles se font au détriment de l'intelligence symbolique. Et de toute façon, les effets délétères sont beaucoup plus importants que les effets positifs.»