

Consoles de jeu, smartphones, ordinateurs, tablettes... Cette année encore, les écrans ont été les rois des cadeaux de Noël ...

- Salut, c'est Nathanaël. J'ai 12 ans. Dis, pourquoi est-ce qu'on est accro aux écrans ?

- Salut ! Moi c'est Kevin, Kevin Linfo. Bonne question, Nathanaël ! Je suis journaliste et mon travail, c'est de répondre à tes questions sur l'actu.

D'après un article que j'ai lu dans Le Parisien, un journal d'information, deux ados sur trois passent plus de 2 heures par jour devant les écrans. C'est trop ! Certains en oublient même de faire du sport et de boire suffisamment d'eau. Ah, depuis le confinement, ils sont comme hypnotisés par les écrans. Et ils ne sont pas tout seuls à être dans ce cas. Moi, ce qui me scotche à mon smartphone, ce sont les réseaux sociaux. Je contacte mes amis, je vois ce qui se passe dans le monde. Je me connecte très souvent. Pour en savoir plus, je file faire une recherche sur Internet. Voyons... j'essaie avec les mots-clés « dépendance aux écrans ». Waouh ! Je vois des tas de témoignages recueillis par des journalistes, sur des sites d'info. Tiens, par exemple, certaines personnes racontent qu'elles sont accros à leurs séries préférées. Ah, et d'autres jouent beaucoup aux jeux vidéo, pour s'amuser... ou pour oublier leurs problèmes. Oh, il y a aussi de très jeunes enfants, qui regardent des comptines pour s'occuper et se calmer. En fait, il y a plein de raisons de passer beaucoup de temps devant les écrans...

- Allô, Kévin ? Euh... et je fais comment, moi, pour aller moins souvent voir sur TikTok et Instagram ? Je vais louper plein de trucs, c'est sûr !

- Mais non, ne t'inquiète pas. J'ai une sœur au lycée, elle se demande comment faire pour ne pas regarder sans arrêt ce qui se passe sur les réseaux sociaux... Je la comprends, je suis pareil ! Hmmm... Eh bien ce soir, on n'a qu'à organiser un match de foot, avec toute la famille. Ça devrait nous faire un peu oublier les écrans, non ? À bientôt, Nathanaël, et merci pour ta question !

Texte : Élise Rengot

Voix : Anthony Carter