

Le ministre Carmant se penchera sur la dépendance aux écrans chez les jeunes

Daniel **Hart**

Près d'un jeune sur cinq a consacré 35 heures ou plus par semaine à des écrans entre 2007 et 2012. De récentes statistiques provenant des centres de réadaptation en dépendance indiquent que le nombre de personnes confrontées à une problématique de dépendance aux écrans au cours des dernières années a connu un bond phénoménal en quelques années, passant de 83 en 2013-2014 à 467 en 2018-2019. Face à ce constat, le ministre délégué à la Santé et aux Services sociaux, Lionel Carmant, a reçu le mandat d'organiser un forum sur la question et de remettre un plan d'action par la suite sur cette thématique. L'initiative de Québec vise à réagir à une problématique dont l'ampleur devient préoccupante, d'autant plus que l'initiation aux écrans



est de plus en plus précoce et où le temps dévolu à cette activité est en hausse.

« J'ai bien hâte d'entendre les différents intervenants venir s'exprimer sur le sujet lors d'un forum à venir. Les enquêtes effectuées jusqu'à maintenant sur la dépendance aux écrans au Québec démontrent que le temps d'utilisation de ceux-ci est en constante progression chez les jeunes. Bien que le phénomène soit en émergence et nécessite d'être mieux documenté, nous connaissons de mieux en mieux les nombreux risques que représente une utilisation problématique des appareils numériques. Nous nous devons d'ouvrir la voie à une réflexion collective mettant à contribution nos experts sur la question, en vue de mieux documenter cette problématique et de renforcer nos stratégies pour prévenir,

Le ministre délégué à la Santé et aux Services sociaux, Lionel Carmant.

réduire et traiter les conséquences néfastes de ce phénomène sur la santé physique et psychosociale des jeunes », a soutenu le ministre Carmant par voie de communiqué.

Cet exercice de consultation contribuera à développer une vision commune sur l'état des lieux de la problématique au Québec et permettra de soutenir les décideurs et de proposer des balises pour les services à mettre en place dans différents milieux tels que les familles, les écoles et les communautés. Une attention particulière sera portée aux groupes vulnérables, qui risquent de développer plus de problèmes de santé physique, mentale ou psychosociale.

Selon la Société canadienne de physiologie de l'exercice, moins de 15% des bambins d'âge préscolaire respecteraient les lignes directrices nationales de temps d'écran, qui sont de 60 minutes maximum par jour pour les enfants de moins de six ans et d'aucun temps d'écran pour ceux qui ont moins de deux ans.

Début des inscriptions des activités destinées aux proches aidants



Le Centre d'action bénévole de Boucherville (CABB) offre cet automne plusieurs services en soirée et la fin de semaine aux citoyens qui ont à cœur la santé et le bien-être d'un aîné de Boucherville.

L'élargissement des plages horaires a notamment pour but d'aider les citoyens sur le marché du travail à s'outiller face à leur réalité de proche aidant.

Café-croissant du samedi matin

Parmi les services offerts hors des heures régulières, on retrouve le Café-croissant du samedi matin au cours duquel différents thèmes seront abordés : la culpabilité, la communication, la charge mentale, etc. Les activités auront lieu les samedis 7 septembre, 5 octobre, 2 novembre

et le 14 décembre, de 9h30 à 11h45, au CABB. Inscription obligatoire au 450 655-9081 ou à info@cabboucherville.ca.

Rencontres individuelles en soirée

En plus des plages horaires de jour, des rencontres individuelles avec Anne-Julie Langdeau, agente de soutien aux proches aidants, sont disponibles. Très appréciées, ces rencontres permettent de se confier, d'obtenir des conseils en lien avec sa situation, de mieux comprendre la maladie, etc. Les rencontres peuvent avoir lieu au CABB, par téléphone ou par vidéoconférence (Facetime ou Skype). Les prochaines soirées sont prévues les mardis du 24 septembre au 12 novembre, de 18h à 21h, sur réservation.

Activités offertes par la Société Alzheimer Rive-Sud

Le CABB s'associe de nouveau avec la Société Alzheimer Rive-Sud. La série de huit ateliers pour mieux comprendre l'Alzheimer et les maladies apparentées ainsi que les rencontres mensuelles Café proches aidants seront offertes de jour ou en soirée à compter du mardi 24 septembre.

Conférences

Trois conférences destinées aux proches aidants sont aussi prévues cet automne au Centre multifonctionnel Francine-Gadbois de Boucherville. La saison sera lancée avec « L'usure de compassion : jusqu'où aller sans se brûler? », le 24 septembre, à 13h30. La deuxième conférence

« La protection des personnes incapables : il faut en parler » suivra le 8 octobre, à 18h30. Finalement, la conférence « Prendre en charge sa santé : les multiples facettes de l'autonomie », se déroulera le 27 novembre, à 13h30. Cette dernière abordera de nombreux aspects quant aux droits en matière de santé et de maintien à domicile.

Inscriptions en cours

Les activités en lien avec le soutien aux proches aidants sont offertes gratuitement grâce au soutien financier de l'Appui Montérégie. Les personnes intéressées doivent s'inscrire au 450 655-9081 ou par courriel à info@cabboucherville.ca. La programmation complète des activités est disponible sur le www.cabboucherville.ca.

Présentez-nous votre DIPLÔMÉ 2019!

20 000 \$ À GAGNER

Donnez-lui la chance de gagner l'une des **32 bourses d'études**



Pour être éligible, il suffit :

- D'être membre de la Caisse Desjardins des Patriotes.
- De faire parvenir une **photo officielle de graduation 2019*** (études secondaires, professionnelles (DEP), collégiales ou universitaires) avec une attestation d'études (copie de bulletin) avant le 27 septembre 2019.
- De transmettre le nom et prénom du diplômé, son école, la discipline, son courriel et son numéro de téléphone.

Parmi toutes les photos reçues, un tirage au sort sera effectué. L'octroi des 32 bourses d'études se fera cet automne lors d'une soirée où les lauréats seront conviés.

* Si vous n'avez pas de photo officielle de graduation, une photo de style portrait peut convenir.

« PRÉSENTEZ-NOUS VOTRE DIPLÔMÉ 2019! »

Nom du diplômé : _____ Prénom : _____

École : _____

Discipline : _____ Date d'obtention : _____

Courriel : _____ Téléphone : _____

Bonne chance à tous!

Vous pouvez envoyer votre candidature par courriel à l'adresse marie-josee.lamoureux@desjardins.com ou par la poste à l'attention de Marie-Josée Lamoureux, à l'adresse suivante :
Caisse Desjardins des Patriotes
Centre de services Varennes
50, Place de La Gabelle, bur. 100
Varennes, Québec, J3X 2J4

