

Graine d'elfe

pour comprendre, grandir et s'amuser

www.elfe-france.fr

DANS CE NUMÉRO,
DÉCOUVRE LES TÉMOIGNAGES
D'ENFANTS QUI PARTICIPENT COMME
TOI À L'ÉTUDE ELFE, ET APPRENDS DE
NOUVELLES CHOSSES SUR LES ÉCRANS
GRÂCE À L'INTERVIEW DE JONATHAN
BERNARD, CHERCHEUR ASSOCIÉ À
L'ÉTUDE. TU Y TROUVERAS AUSSI UNE
PRÉSENTATION DE LA PROCHAINE
ENQUÊTE QUI AURA LIEU EN 2023.
BONNE LECTURE !

N° 5



VOS TÉMOIGNAGES : participer à l'étude elfe



PARTICIPER À L'ÉTUDE ELFE, C'EST RÉPONDRE À DES QUESTIONS, FAIRE DES PETITS JEUX, PARFOIS SE RENDRE AU LABORATOIRE DE BIOLOGIE MÉDICALE ET BIEN SÛR RECEVOIR UN CADEAU D'ANNIVERSAIRE SPÉCIAL ELFE TOUS LES ANS. POUR CONNAÎTRE VOS EXPÉRIENCES, VOS SOUVENIRS ET VOS ENVIES POUR L'AVENIR, L'ÉQUIPE ELFE A INTERVIEWÉ 4 ENFANTS DE L'ÉTUDE. DÉCOUVRE LES TÉMOIGNAGES DE CAPUCINE, ELIOTT, ANTONIN ET ALICE.



Capucine, 11 ans, de l'Aisne.

– J'aide les scientifiques.



Je trouve ça important de participer à l'étude, comme ça, j'aide un peu les scientifiques. Je me souviens avoir fait une piqûre dans le doigt pour la recherche sur le Covid-19, j'étais fière d'aider les chercheurs. Ce qui m'intéresse le plus dans l'étude, ce sont les choses scientifiques surtout biologiques. Je suis sûre que je continuerai jusqu'à mes 20 ans. J'ai bien aimé quand l'enquêteur est venu à la maison, j'aime bien répondre aux questions et recevoir et lire le Graine d'Elfe.



Elliott, 11 ans, habite en Bretagne.

– Ce que je préfère, c'est recevoir des cadeaux !



Je sais que l'étude a commencé à ma naissance, mais je n'ai pas beaucoup de souvenirs de Elfe quand j'étais petit. Ce que je préfère, c'est répondre aux questions et recevoir des cadeaux. Le cadeau que j'ai le plus aimé, c'est le jeu des cartes d'actions, où on doit mimer. Je ne suis pas sûr de rester dans l'étude jusqu'à mes 20 ans parce que je ne sais pas comment je serai à 20 ans, mais je pense bien continuer !

Antonin, 11 ans, d'Angers.

– J'ai une amie dans ma classe qui fait aussi partie de l'étude.



J'ai une amie dans ma classe qui fait aussi partie de l'étude. Mon premier souvenir de l'étude Elfe, c'était au CP, quand le directeur est venu nous voir un midi mon amie et moi pour qu'on fasse un test sur les mathématiques et le français. J'ai presque tout aimé de l'étude jusqu'à maintenant et je pense que je voudrais bien continuer de répondre aux enquêtes jusqu'à mes 20 ans.

Alice, 11 ans, habite en Haute-Garonne.

– Des premières expériences avec Elfe.



Je suis plutôt fière de participer à l'étude Elfe. J'ai beaucoup aimé les petits jeux sur internet quand j'avais 6 ans. Ça m'avait marquée parce que normalement, je n'avais pas le droit aux écrans, et comme c'était pour Elfe, j'ai eu le droit d'aller sur l'ordinateur pour la première fois ! Même si j'avais peur avant d'y aller, j'étais aussi fière de faire la prise de sang, c'était ma première prise de sang !



Et pour toi, c'est quoi l'étude Elfe ?
Des questions sur l'étude, envie
d'apporter ton témoignage ? Écris-nous à
communaute@elfe-france.fr



**PRÉPARE-TOI
POUR LA
PROCHAINE
ENQUÊTE :**



L'ENQUÊTE "MÉDECIN TRAITANT" !



DÈS L'ÂGE DE 11 OU 12 ANS, TU COMMENCES À DEVENIR UN ADOLESCENT OU UNE ADOLESCENTE, C'EST UN MOMENT CLEF POUR FAIRE LE POINT SUR TA SANTÉ. À L'OCCASION D'UN EXAMEN MÉDICAL ET D'UN EXAMEN DENTAIRE DESTINÉS À TOUS LES ENFANTS DE FRANCE ENTRE 11 ET 13 ANS, L'ÉTUDE ELFE TE PROPOSE, AINSI QU'À TON MÉDECIN ET À TON DENTISTE, DE PARTICIPER À UNE COURTE ENQUÊTE AFIN D'ÉtudIER LA SANTÉ DES ENFANTS.

COMMENT PARTICIPER À L'ENQUÊTE ?

Au cours de l'année 2023, tes parents et toi recevrez un courrier de l'étude Elfe pour participer à cette nouvelle enquête. Si tu es d'accord, ainsi que tes parents, vous devrez prendre rendez-vous chez ton médecin et ton dentiste habituels. **La visite médicale et l'examen dentaire*** se passeront comme pour tous les autres enfants qui ne font pas partie de l'étude, sauf que pour toi, le médecin et le dentiste auront **un questionnaire à remplir pour l'étude Elfe.**

* Ces examens sont pris en charge par l'Assurance Maladie. Cela signifie que tes parents n'auront pas besoin de payer.

COMMENT SE DÉROULE L'EXAMEN MÉDICAL ?

Lors de l'examen médical, tu pourras **échanger avec ton médecin** sur ta vie quotidienne, d'éventuelles difficultés à l'école, et même sur ton moral ! Il est conseillé qu'une partie de l'examen soit faite en dehors de la présence de tes parents, mais seulement si tu le souhaites. La visite pourra aussi être l'occasion de réaliser le rappel de la vaccination appelé « DTP » et de discuter de la vaccination contre le papillomavirus. Ton dentiste, quant à lui, vérifiera **la santé de tes dents et de tes gencives**. Il pourra aussi te donner des conseils pour bien prendre soin de tes dents.

UNE ENQUÊTE POUR AMÉLIORER LA SANTÉ DES ENFANTS

Un des objectifs majeurs de l'étude Elfe est **d'améliorer la santé de tous les enfants en France**. Les informations recueillies lors de cette enquête permettront de mieux décrire les problèmes de santé et dentaires éventuellement rencontrés chez les jeunes de ton âge et de mieux comprendre les facteurs qui influencent la santé des enfants et des adolescents. Et surtout, de montrer combien ces examens sont utiles et **d'encourager les autres jeunes à y aller !**



Les informations qui seront transmises à l'étude Elfe par ton médecin ou ton dentiste seront confidentielles. C'est-à-dire que seules tes réponses seront communiquées aux chercheurs, mais qu'ils ne connaîtront pas ton identité.

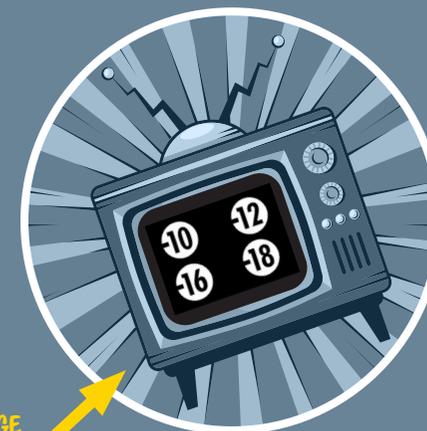
LES ÉCRANS



IRIS, 11 ANS, INTERVIEWE JONATHAN BERNARD, UN CHERCHEUR ELFE QUI ÉTUDIE L'EXPOSITION DES ENFANTS AUX ÉCRANS.



En France, nous avons une institution qui s'appelle l'Arcom (Autorité de régulation de la communication audiovisuelle et numérique.). Depuis 2022, l'Arcom est notamment en charge de la protection des enfants face aux écrans. Par exemple, c'est l'Arcom qui décide si un film ou un programme télévisé est adapté ou non selon l'âge des enfants.



CERTAINS PROGRAMMES TÉLÉVISÉS COMPORTENT UN LOGO DÉCONSEILLANT LE VISIONNAGE EN DESSOUS D'UN CERTAIN ÂGE. TU AS DÉJÀ DÛ VOIR CETTE SIGNALÉTIQUE ?

POURQUOI T'INTÉRESSES-TU AUX ÉCRANS ?

Les écrans sont devenus indispensables pour s'informer, communiquer, travailler et beaucoup les apprécient aussi pour jouer et se divertir. Les enfants nés après les années 2010 sont la toute première génération à grandir dans un environnement largement équipé d'écrans. Entre smartphones, tablettes ou ordinateurs et télévisions, les écrans font partie de notre quotidien. Nous les utilisons plusieurs heures par jour, et certains le font même plus longtemps que le temps que l'on passe à dormir dans une journée !

QUE SOUHAITES-TU SAVOIR SUR LES ÉCRANS ET LES ENFANTS ?

Nous avons très peu d'informations sur les liens entre les écrans et la santé puisque tout est nouveau. Je m'intéresse aux écrans et au numérique afin de mieux comprendre leurs effets sur la santé et le développement des enfants. Par exemple, je regarde si le fait de passer beaucoup de temps à utiliser les écrans conduit à être en surpoids, freine le développement du langage, perturbe le sommeil ou les résultats scolaires.

COMMENT PEUX-TU SAVOIR CELA ?

Depuis la naissance des enfants Elfe, nous posons régulièrement des questions à leurs parents sur l'usage des écrans et le type d'écrans utilisé. Les parents nous ont aussi renseignés sur la croissance, les activités sportives, les loisirs ou encore le sommeil de leurs enfants. À l'aide de statistiques un peu compliquées, on peut étudier s'il y a un lien entre santé et usage des écrans.

QU'AS-TU DÉJÀ OBSERVÉ ?

Entre 2 et 5 ans, c'est toujours la télévision qui est la reine des écrans. À l'âge de 2 ans, 2 enfants sur 3 regardent la télévision tous les jours, heureusement pas trop longtemps, environ 45 minutes par jour. Toutes les familles n'ont cependant pas les mêmes pratiques. Les enfants qui regardent le plus les écrans sont ceux dont les parents les regardent eux-mêmes beaucoup ! Nous avons également observé que les enfants qui regardent des écrans tôt dans l'enfance ont ensuite un langage moins riche à 2 ans.

LE SAVAIS-TU ?

Selon l'Arcom, il est recommandé ...

... d'éviter les écrans avant le coucher et dans la chambre pour un sommeil réparateur.

... d'éviter les écrans le matin pour une meilleure attention à l'école.

... de privilégier les repas sans écran pour des repas plus conviviaux.



À TOI DE MENER L'ENQUÊTE !

Merci pour ta participation et à très vite !

RETROUVE LES MOTS CACHÉS DE L'ÉTUDE ELFE DANS LA GRILLE



ETUDE
ECRANS
ELFE
ENQUETE
CHERCHEUR
ENFANTS
GRANDIR
SCIENCE
SANTE

Y	I	G	U	E	T	U	D	E	E	O
I	C	F	D	A	T	G	K	A	L	G
I	H	E	N	F	A	N	T	S	F	R
S	E	V	P	O	K	U	P	L	E	A
P	R	G	E	N	Q	U	E	T	E	N
O	C	A	S	P	A	S	E	N	M	D
K	H	R	A	C	F	E	A	L	M	I
M	E	M	N	M	A	N	N	A	R	R
E	U	D	T	S	C	I	E	N	C	E
N	R	M	E	N	K	E	A	L	P	O
T	O	L	P	E	C	R	A	N	S	L



Tu as une question sur la prochaine enquête ? Envie de poser des questions à l'équipe Elfe ou aux chercheur-e-s ? Écris-nous à communaute@elfe-france.fr ou à l'adresse postale : Étude Elfe • Institut National d'Études Démographiques • 9, cours des Humanités, CS 50004, 93322 Aubervilliers Cedex.