

Communiqué de presse

15 avril 2015

Réf.: 4378

Grâce à l'expérience 'Éclairer l'obscurité' de Philips, les enfants suédois peuvent jouer chaque jour pratiquement 30 minutes de plus à l'extérieur

Cette expérience tend à améliorer la qualité de vie des habitants d'Uppsala, en Suède.

Uppsala, Suède – Royal Philips (NYSE : PHG, AEX : PHIA), leader mondial de l'éclairage, dévoile aujourd'hui les conclusions de son expérience baptisée '[Philips éclaire l'obscurité](#)'. Lancée le mois dernier, l'objectif de cette expérience était de permettre aux enfants d'une petite communauté d'Uppsala, de jouer plus facilement dehors lorsque l'obscurité hivernale s'impose dès le début de l'après-midi. Le système d'éclairage LED connecté [Philips CityTouch](#) a été installé sur l'aire de jeux Tegnérparken. Les résultats de cette expérience ont révélé que grâce à cette initiative, le temps de jeu des enfants s'allongeait quotidiennement de 37 % (soit d'environ 27 minutes), réduisant ainsi de 15 % le temps passé à jouer à l'intérieur sur des appareils électroniques (ce temps passe ainsi de 72 minutes à 61 minutes par jour).

La lumière, qu'elle soit naturelle ou artificielle, affecte toute la vie sur notre planète. Pour les hommes, elle joue un rôle crucial dans la [régulation de notre rythme circadien](#), c'est-à-dire le rythme biologique naturel de notre horloge interne, ainsi que dans la production hormonale de l'organisme. Il est prouvé qu'un apport suffisant de lumière pendant la journée a un effet bénéfique sur l'humeur et la qualité de vie au sens large, surtout en hiver. Mais en raison du manque de lumière pendant les mois d'hiver, de nombreux enfants suédois ne jouent pas longtemps à l'extérieur en journée. En réalité, les habitants des pays septentrionaux souffrent davantage du 'blues hivernal'. Les troubles liés à l'humeur et le manque d'énergie commencent généralement à se manifester en automne et peuvent perdurer jusqu'au cœur du printemps. En installant l'éclairage LED connecté Philips CityTouch à Tegnérparken, on a pu observer que les enfants du quartier jouent désormais plus longtemps à l'extérieur, peu importe l'heure à laquelle tombe l'obscurité.

La pédo-psychologue Louise Hallin commente ces résultats en ces termes : "Bien que ces données ne concernent qu'un petit groupe d'enfants, les résultats sont impressionnants. Les enfants ont passé moins de temps à l'ordinateur et devant la télévision, ce qui est toujours une excellente nouvelle. Toute initiative permettant de les sortir du cycle 'je rentre à la maison et j'allume la télévision' doit être appréciée à sa juste valeur. Jouer à l'extérieur pendant



presqu'une demi-heure de plus qu'en temps normal et réduire d'une heure par semaine le temps passé devant un écran, ce sont des chiffres très significatifs."

L'expérience 'Éclairer l'obscurité' initiée par Philips a été menée conjointement avec le bureau de consultance Bjerking et la municipalité d'Uppsala pour découvrir dans quelle mesure les jeunes enfants seraient affectés par un accroissement des possibilités de jeu à l'extérieur. Cet éclairage est désormais installé en permanence sur l'aire de jeux.

« Uppsala fait partie d'un programme global de rénovation urbaine, illustrant ce que les gouvernements et les entreprises peuvent faire. Nous avons tous besoin d'être poussés dans la bonne direction pour nous encourager à changer notre mode de vie et nous faire prendre conscience qu'on a peut-être laissé stagner une situation trop longtemps. », poursuit le Dr Hallin. « Et il s'est aussi produit autre chose que je n'avais pas anticipé : presque 40 % des parents déclarent jouer dehors avec leurs enfants. C'est fantastique. Jouer avec des adultes. Cela ne se voit pas assez souvent et il est tellement important pour les enfants de créer ainsi des liens plus profonds avec leurs parents. »

Eva Barrett, Global Head of Brand Communications pour Philips, fait le constat suivant : "Chez Philips, nous pensons qu'il est toujours possible de rendre la vie meilleure et, par le biais d'une série d'expériences de laboratoire vivant, nous allons fournir des idées et des solutions innovantes répondant à des défis individuels pour améliorer la vie des gens aux quatre coins de la planète. Notre expérience portant sur l'éclairage en Suède est la première de ces nombreuses expériences, qui nous rapprochent de l'accomplissement de notre vision : améliorer la vie de trois milliards de personnes par an à l'horizon 2025. "

Tegnérparken a été éclairé en recourant aux innovations les plus récentes en matière d'éclairage LED à faible consommation d'énergie, lequel crée une lumière de bonne qualité qui éclaire le parc tout en le rendant vibrant et plus vivant. Les enfants de l'école maternelle locale ont été étroitement impliqués dans l'installation et ont choisi la palette de couleurs des ampoules qui illuminent le parc.

Principales conclusions de l'expérience menée auprès des enfants de l'école maternelle locale :

- Avant l'installation de cet éclairage dans le parc, les enfants passaient en moyenne **72 minutes** par jour à jouer à l'extérieur. Dans la semaine qui a suivi l'installation, ce temps est passé à **99 minutes** par jour. Cela représente une **augmentation de 37 %** en temps passé quotidiennement à l'extérieur dès que le parc est éclairé.
- Pendant cette même période, le temps passé à jouer à l'intérieur avec des jeux électroniques ou à regarder la télévision, est passé de **72 minutes** en moyenne à **61 minutes** par jour. Cette **diminution de 15 %** représente environ **une heure de moins par semaine** à regarder la télévision ou à jouer à un jeu électronique.
- **86 %** des parents interrogés ont rapporté que leurs enfants passaient généralement moins de temps à jouer dehors pendant l'hiver.
- Au cours de la semaine suivant l'installation, **38 %** des parents ont joué chaque jour dehors avec leur(s) enfant(s).
- **57 %** des parents rapportent qu'ils observent une amélioration significative de l'humeur de leur enfant lorsqu'il joue à l'extérieur. Selon eux, leur enfant est **'plus heureux'**. **28 %**

des parents déclarent que leur enfant a **meilleur appétit** après avoir joué dehors. Et **43 %** constatent un impact positif sur le sommeil.

Philips a dressé un [rapport](#) présentant les conclusions de cette expérience. Pour de plus amples informations, dont des [vidéos](#) et des commentaires, rendez-vous sur www.livingexperiments.philips.com, [#lightupthedark](#).

###

Pour plus d'informations, veuillez contacter:

Katleen Herroelen

External Communications Manager Lighting/Healthcare Philips a.i.

Tél.: + 32 471 83 92 53 (ne pas publier)

E-mail: katleen.herroelen@philips.com

Twitter: [@PhilipsBeLux](https://twitter.com/PhilipsBeLux)

A propos de Royal Philips :

Royal Philips (NYSE : PHG, AEX : PHIA) se pose comme une entreprise diversifiée, active dans les domaines « de la Santé et du Bien-être » et qui a pour but d'améliorer la qualité de vie des personnes par des innovations significatives dans les domaines des soins de santé, de la vie moderne et de l'éclairage. Philips, dont le siège social se trouve aux Pays-Bas, emploie quelque 105.000 personnes actives dans les domaines de la vente et des services dans plus de 100 pays et a réalisé un chiffre d'affaires de 21,4 milliards d'euros en 2014. L'entreprise est leader sur les marchés des soins cardiologiques, des soins de médecine d'urgence et des soins de santé à domicile, des solutions d'éclairage économique et des nouvelles solutions d'éclairage ainsi que dans le domaine des rasoirs électriques et des soins d'hygiène dentaire. Vous trouverez plus de renseignements sur Philips via www.philips.com/newscenter.