

Informacja prasowa

11 października 2017 r.

Sekretny sposób na pracę domową na pięć z plusem? Nowe badania przeprowadzone przez Philips Lighting wskazują, że zdaniem rodziców właściwej jakości oświetlenie ma kluczowe znaczenie dla koncentracji podczas nauki

Rodziców trapią rozliczne obawy związane z dbaniem o dobro ich dziecka. Obawiamy się, z kim nasze dzieci się przyjaźnią, jakie oglądają programy telewizyjne, co jedzą i tak bez końca. Badania przeprowadzone przez Philips Lighting pokazały niedawno, że jedną z największych źródeł trosk dzisiejszych rodziców na całym świecie jest wzrok swoich pociech. Dane te dotarły do nas w czasie, gdy Światowa Organizacja Zdrowia oszacowała, że do 2050¹ roku co druga osoba na świecie będzie cierpiała na krótkowzroczność.

To, czy dzieci dobrze widzą, przysparza rodzicom najwięcej zmartwień – okazuje się, że ponad połowa pytanym rodziców (52%) podaje, że jest to dla nich źródło obaw. Co ciekawe, na długiej liście tematów budzących u rodziców niepokój, wzrok podawany jest nieco częściej niż szkolne osiągnięcia dziecka (odpowiednio 51%) czy jego zdrowie psychiczne (51%). Na pierwszy rzut oka te dane mogą zaskakiwać, ale jak się dobrze zastanowić, to zmartwienia związane ze wzrokiem są naprawdę uzasadnione. Zdrowie oczu jest niezbędne do wykonywania codziennych zadań, obejmujących ubieranie, jedzenie, poruszanie czy uczenie się. Dlatego też dbanie o wzrok słusznie znalazło się wśród zmartwień rodziców – jest on przecież niezwykle istotne tak dla rozwoju, jak i dla wyników w nauce naszego dziecka.

Jednym z czynników, jakie większość rodziców zdaje się brać pod uwagę w dbaniu o dobro dziecka jest czas spędzany przed ekranami. Na całym świecie dzieci spędzają średnio trzy godziny dziennie przed monitorami, jednak 71 procent rodziców stwierdziło, że chcieliby ograniczyć ilość tak spędzanego przez ich dzieci czasu. Trzeba zauważyć, że istnieje szereg innych czynników, które mogą istotnie wpływać na jakość widzenia u dzieci, dlatego rodzice powinni mieć je również na uwadze. Należy do nich między innymi jakość oświetlenia.

Podczas gdy 79% rodziców obawia się, że uczenie się przy słabym i migoczącym oświetleniu nadwyręży wzrok dzieci, tylko jedna trzecia respondentów (32%) byłaby skłonna uzależnić zakup odpowiedniej żarówki od tego, na ile daje ona światło komfortowe dla ich oczu. I to pomimo faktu, że 72 procent badanych uznała, że jakość oświetlenia ma kluczowe znaczenie dla dobrostanu dziecka w szkole, a 69 procent rodziców na świecie zgadza się, że jakość oświetlenia ma istotny wpływ na poprawę osiągnięć szkolnych swoich pociech.

- Świadomość wagi, jaką ma jakość oświetlenia typu LED, jest coraz wyższa, co jest bardzo pozytywną tendencją, stwierdziła Rowena Lee, wiceprezes BG LED w Philips Lighting. – Jednak więcej rodziców powinno przekuć swoją wiedzę w konkretne działania i zapewnić dzieciom właściwe oświetlenie do zabawy, nauki i koncentracji. Wysokiej jakości oświetlenie LED potrafi istotnie poprawić komfort oczu u dzieci.

¹ Wpływ krótkowzroczności i wysokiej krótkowzroczności. Dane WHO z marca 2015 r.

Jeśli szukasz innych dobrych pomysłów, które pozwolą Ci lepiej chronić wzrok swojego dziecka, zerknij na listę najważniejszych zasad dbania o komfort oczu:

Najważniejsze zasady dbania o komfort oczu

- **Zainwestuj w wysokiej jakości oświetlenie LED**, takie jak żarówki Philips LED. Emitują one niemigoczące światło, które sprzyja komfortowej nauce, przeciwdziałając zmęczeniu oczu i bólom głowy.
- **Zachęcaj dzieci do zwiększonej aktywności na świeżym powietrzu**. Badania pokazują, że naturalne światło korzystnie wpływa na komfort oczu. Dlatego zachęcaj dzieci do zabawy w ogrodzie lub zabierz je na przechadzkę do pobliskiego parku. Według Światowej Organizacji Zdrowia optymalny czas spędzany na zewnątrz to co najmniej dwie godziny dziennie².
- **Ogranicz czas spędzany przed ekranami**. Choć w dzisiejszej rzeczywistości, zdominowanej obecnością telefonów, komputerów i telewizorów, może nie być łatwo, zachęcaj dzieci do spędzania czasu inaczej niż przed monitorem, np. na zabawie na zewnątrz lub na lekturze książki.
- **Zadbaj o odpoczynek dla oczu**. Jeśli dzieci spędzają dużo czasu w sztucznym oświetleniu lub przed ekranami, dopilnuj, aby regularnie dawały oczom odpocząć poprzez zamykanie ich na 30 sekund.
- **Dopasuj dietę Twojego dziecka pod kątem dbania o wzrok** poprzez włączenie do posiłków warzyw liściastych, tłustych ryb i owoców cytrusowych.
- **Ćwicz jogę oczu**, czyli proste ćwiczenia, które zmniejszą zmęczenie oczu i poprawią komfort patrzenia.
- **Regularnie zabieraj dzieci na badania do okulisty lub optyka**, aby otrzymywać fachową opinię na temat stanu zdrowia oczu Twoich dzieci.

Kryteria komfortu

Philips Lighting opracował szczegółowe warunki testowania do oceny migotliwości światła – tzw. kryteria komfortu. Żarówki LED Philips poddawane są testom zgodnie z tymi kryteriami, aby zapewnić ich zgodność z najwyższymi standardami, jednocześnie dbając o ich efektywność energetyczną oraz średnio ponad 10-letnią żywotność.

Konsumenci mogą cieszyć się komfortowym oświetleniem zapewniamy przez żarówki LED Philips, w tym:

- [Philips LED A60](#) – najpopularniejsza żarówka w tej linii
- [Philips LED A60 \(mleczna\)](#) – żarówka o klasycznym i dobrze znanym kształcie
- [Philips LED A60 typu clear filament](#) - widoczne żarniki zaprojektowano z myślą o znakomitym wyglądzie żarówki, niezależnie od tego, czy jest ona włączona czy wyłączona
- [Philips LED GU10 spot](#) – najpopularniejsza żarówka punktowa w swojej linii

²Wpływ krótkowzroczności i wysokiej krótkowzroczności. Dane WHO z marca 2015 r.

Więcej informacji na stronie: www.philips.pl/led

Informacje o badaniu

O ile nie wskazano inaczej, wszelkie dane statystyczne pochodzą z badań przeprowadzonych przez ResearchNow. Badania prowadzono w lipcu 2017 r. i obejmowały one próbę ponad 8 tysięcy dorosłych respondentów z jedenastu różnych rynków, tj. z Chin, Czech, Francji, Niemiec, Indonezji, Polski, Hiszpanii, Szwecji, Tajlandii, Turcji i USA. Ankiety wypełniane były przez internet.

Dalszych informacji udziela:

Dorota Sławińska,
Rzecznik Prasowy Philips Lighting CEE
Tel: +48 605 342 517
E-mail: dorota.slawinska@philips.com

Philips Lighting

Philips Lighting (Euronext Amsterdam ticker: LIGHT), światowy lider branży oświetleniowej, dostarcza produkty, systemy i usługi tworzące innowacje, które podnoszą wartość biznesu, kreują przeżycia i pomagają ulepszać życie. Obecni zarówno na rynku profesjonalnym jak i konsumenckim, prowadzimy cały przemysł w stronę Internetu Rzeczy, który przekształca domy, przestrzenie biurowe i publiczne. Ze sprzedażą na poziomie 7,1 miliarda euro w 2016 roku, zatrudniamy 34 tysiące pracowników w ponad 70 krajach. Wiadomości o Philips Lighting dostępne są w serwisach: [Newsroom](#), [Twitter](#) oraz [LinkedIn](#). Informacje dla inwestorów znajdują się w zakładce [Investor Relations](#).