



Vivre l'éclipse avec un enfant ou une personne à risque

8 AVRIL 2024 - ESTRIE

Conseils de santé publique pour les parents d'ENFANTS DE 0 À 5 ANS

Chaque enfant se développe à son propre rythme. Il appartient à chaque parent de peser les pour et les contre d'un visionnement de l'éclipse à l'extérieur, que ce soit de manière directe (avec des lunettes certifiées) ou indirecte (avec une boîte à éclipse).

De manière générale, plus l'enfant est jeune, plus les risques oculaires surpassent les bénéfices du visionnement de l'éclipse à l'extérieur. Voici quelques questions pour aider à prendre la bonne décision :

Est-ce que les bénéfices du visionnement extérieur de l'éclipse, en termes d'expérience scientifique et éducative, seront importants chez l'enfant ?

Est-ce qu'on sera en mesure d'assurer un visionnement sécuritaire de l'éclipse pour l'enfant, en fonction des éléments suivants ?

- 1) L'accès à une paire de lunettes certifiées (en bon état) ou une boîte à éclipse.
- 2) La disponibilité d'un adulte apte à superviser en tout temps l'enfant pendant le visionnement à l'extérieur.
- 3) L'aptitude de l'enfant à comprendre les consignes et à les respecter pendant un certain temps.
- 4) Les habiletés psychomotrices de l'enfant pour la manipulation des lunettes.
- 5) La grosseur de la tête de l'enfant pour un port adéquat des lunettes.

Conseils de santé publique pour les parents d'ENFANTS DE 6 À 11 ANS

De manière générale, les enfants âgés de 6 à 11 ans ont un éveil scientifique plus développé et sont en mesure de mieux suivre les consignes de sécurité que les enfants de 5 ans ou moins.

Voici les conditions à respecter pour un visionnement sécuritaire de l'éclipse à l'extérieur, que ce soit de manière directe (avec des lunettes certifiées) ou indirecte (avec une boîte à éclipse).

- 1) L'accès à une paire de lunettes certifiées (en bon état) ou une boîte à éclipse.
- 2) La disponibilité d'un adulte apte à superviser en tout temps l'enfant pendant le visionnement à l'extérieur.
- 3) L'enfant est capable de suivre les consignes pendant une durée déterminée, a des habiletés psychomotrices suffisantes pour la manipulation des lunettes, et a une tête assez grosse pour un port adéquat de lunettes.

Conseils de santé publique pour les parents d'ENFANTS DE 12 À 17 ANS

De manière générale, les adolescents peuvent bénéficier du visionnement extérieur de l'éclipse, tant en termes d'expérience scientifique qu'éducative. Ils sont également en mesure de bien suivre les consignes de sécurité, mais certains peuvent être amenés à adopter des comportements à risque pour différentes raisons (pour défier l'autorité, pour relever un défi, par banalisation, parce qu'ils sont sous l'influence de substances, etc.).

En plus des conseils de santé publique de base pour un visionnement sécuritaire, il est suggéré de poser les actions suivantes :

- 1) Sensibilisation quant aux risques oculaires liés au visionnement de l'éclipse à l'extérieur et aux moyens de s'en protéger.
- 2) Conseil de ne pas consommer d'alcool ou d'autres substances pendant le visionnement à l'extérieur, pour maintenir la vigilance et être en mesure de bien respecter les consignes.
- 3) Information sur les risques oculaires liés à l'utilisation de cellulaire, de tablette ou d'appareil photo pendant l'éclipse, que ce soit pour regarder, prendre des photos ou filmer.

Conseils de santé publique pour les PERSONNES PLUS À RISQUE

Certains groupes de personnes sont plus à risque de présenter une lésion aux yeux lors du visionnement d'éclipse à l'extérieur, incluant les personnes en situation d'itinérance, ainsi que les personnes avec des troubles mentaux, dépendance, déficiences intellectuelles ou troubles cognitifs.

Il appartient à chaque personne (ou à son accompagnateur/tuteur, le cas échéant) de peser les pour et les contre d'un visionnement de l'éclipse à l'extérieur, que ce soit de manière directe (avec des lunettes certifiées) ou indirecte (avec une boîte à éclipse). Voici quelques questions pour aider à prendre la bonne décision :

Est-ce que les bénéfices du visionnement extérieur de l'éclipse, en termes d'expérience scientifique et éducative, seront importants chez cette personne ?

Est-ce qu'on sera en mesure d'assurer un visionnement sécuritaire de l'éclipse pour cette personne, en fonction des éléments suivants ?

- 1) L'accès à une paire de lunettes certifiées (en bon état) ou une boîte à éclipse.
- 2) La disponibilité d'un adulte apte à superviser en tout temps la personne pendant le visionnement à l'extérieur (lorsque la personne est considérée inapte).
- 3) La capacité de la personne à respecter les consignes, en fonction de son état cognitif et de son état de vigilance.
- 4) Les habiletés psychomotrices de la personne pour la manipulation des lunettes.