

PRECONISATIONS SUR LA SANTE ET LA SECURITE

A LIRE AVANT TOUTE UTILISATION D'UN JEU VIDEO PAR VOUS-MEME, PAR VOTRE ENFANT OU PAR UNE PERSONNE SOUS TUTELLE.

SI CE PRODUIT EST UTILISE PAR DE JEUNES ENFANTS OU DES PERSONNES SOUS TUTELLE, CETTE NOTE DOIT LEUR ETRE LU ET EXPLIQUE PAR UN ADULTE. LE NON-RESPECT DE CES CONSIGNES PEUT ENTRAINDER DES BLESSURES.

Précautions à prendre dans tous les cas pour l'utilisation d'un jeu vidéo :

- Evitez de jouer si vous êtes fatigué ou si vous manquez de sommeil.
- Assurez-vous que vous jouez dans une pièce bien éclairée en modérant la luminosité de votre écran.
- En cours d'utilisation, faites des pauses de dix à quinze minutes toutes les heures.

AVERTISSEMENT SUR L'EPILEPSIE

Certaines personnes sont susceptibles de faire des crises d'épilepsie comportant, le cas échéant, des pertes de conscience à la vue, notamment, de certains types de stimulations lumineuses fortes : succession rapide d'images ou répétition de figures géométriques simples, d'éclairs ou d'explosions.

Ces personnes s'exposent à des crises lorsqu'elles jouent à certains jeux vidéo comportant de telles stimulations, même si ces personnes n'ont pas d'antécédent médical ou n'ont jamais été sujettes à des crises d'épilepsie.

Si vous-même ou un membre de votre famille avez déjà présenté des symptômes liés à l'épilepsie (crise ou perte de conscience) en présence de stimulations lumineuses, **consultez votre médecin avant toute utilisation.**

Les parents se doivent également d'être particulièrement attentifs à leurs enfants lorsqu'ils jouent avec des jeux vidéo.

Si vous-même ou votre enfant présentez un des symptômes suivants : **vertige, trouble de la vision, contraction des yeux ou des muscles, trouble de l'orientation, mouvement involontaire ou convulsion, perte momentanée de conscience**, il faut cesser immédiatement de jouer et consulter un médecin.

TRAUMATISMES DUS A DES MOUVEMENTS REPETES ET FATIGUE OCULAIRE

Jouer aux jeux vidéo pendant plusieurs heures peut fatiguer vos muscles et articulations, vos yeux ou même irriter votre peau.

Suivez les instructions suivantes pour éviter des problèmes de tendinite, du syndrome du canal carpien, d'une fatigue oculaire ou des irritations de l'épiderme :

- Evitez de jouer de manière excessive.

Il est recommandé aux parents de vérifier que leurs enfants jouent de manière appropriée.

- Faites une pause de 10 à 15 minutes toutes les heures, même si vous vous sentez bien.
- Si vos mains, poignets, bras ou yeux sont fatigués ou douloureux quand vous jouez, reposez-vous plusieurs heures avant de recommencer à jouer.
- Si la fatigue ou la douleur persistent, consultez un médecin.