



Coco, l'application mobile qui fait faire une pause sportive aux enfants lors de l'utilisation prolongée des écrans, pour lutter contre la sédentarité



De nombreuses études le démontrent : les enfants passent beaucoup trop de temps le nez collé aux écrans (smartphone, tablettes, tv), et ce, dès le plus jeune âge.

Alors que la CLEMI (Centre de Liaison de l'Enseignement et des Médias d'Information) préconise de ne pas dépasser les 20 minutes d'écran par jour, le constat s'élève plutôt autour des 4 heures quotidiennement (voir même 7h pendant les périodes de confinement).

Les conséquences dues à un temps d'écran trop élevé sont déjà pointées du doigt par les professionnels de l'éducation et de la santé : retards moteurs et cognitifs, troubles du langage et de l'attention, hyper activité et même agressivité dans certains cas.

Par ailleurs, la sédentarité est un fléau social qui prend de l'ampleur. Les conséquences de la sédentarité commencent à se faire ressentir au niveau de la santé, elle augmente en effet les risques de maladies et d'obésité. Lutter contre dès le plus jeune âge est donc un moyen à long terme d'y remédier.

La startup [Dynseo](#), spécialisée dans le développement d'applications d'entraînement cérébral s'est lancée dans la lutte contre la mauvaise utilisation des écrans par les enfants en développant de nouvelles fonctionnalités sur son [application de jeux éducatifs Coco](#).

Disponible sur [IOS](#) et [Android](#) l'application Coco propose depuis octobre 2021, en plus des 30 jeux éducatifs pour travailler le français, les maths, la logique, la mémoire et l'attention, et désormais ... LA PAUSE SPORT AVEC COCO !

Le concept est simple. Au bout de 15 minutes de jeu sur l'écran, l'application se coupe et propose à la place des exercices physiques adaptés aux plus petits. Une façon ludique et amusante d'amener les enfants à bouger suffisamment pour leur permettre d'avoir une bonne santé physique et psychique.



Coco : sensibiliser à travers le jeu à une utilisation mesurée des écrans

L'application Coco, développée par le groupe Dynseo propose désormais aux enfants de 5 à 10 ans non seulement d'apprendre par le jeu des notions d'apprentissage scolaire, mais aussi à utiliser les écrans de manière raisonnée et intelligente.

Dominique Sauquet, la fondatrice du groupe Dynseo a imaginé et développé la fonctionnalité « La Pause Sport » en collaboration avec sa fille Justine, cofondatrice et maman de deux enfants fervents d'écran (comme tous ceux de cette génération).

15 minutes d'écran = une pause sportive

Toutes les 15 minutes de jeux sur Coco, temps moyen d'attention d'un enfant, l'application se bloque automatiquement et impose une pause sportive aux enfants. Ils vont alors danser, bouger, mimer, etc. dans le but de s'aérer le cerveau. Les parents pourront sélectionner et paramétrer en amont les exercices qui stimulent cette fois-ci les fonctions motrices.

Une belle alternative au contrôle parental souvent perçu comme un manque de confiance par les enfants. De plus, tout le contenu est également disponible hors connexion pour un maximum de sécurité. Les petits sportifs en herbe pourront également accéder directement aux activités sportives sans passer par la case jeux intellectuels.



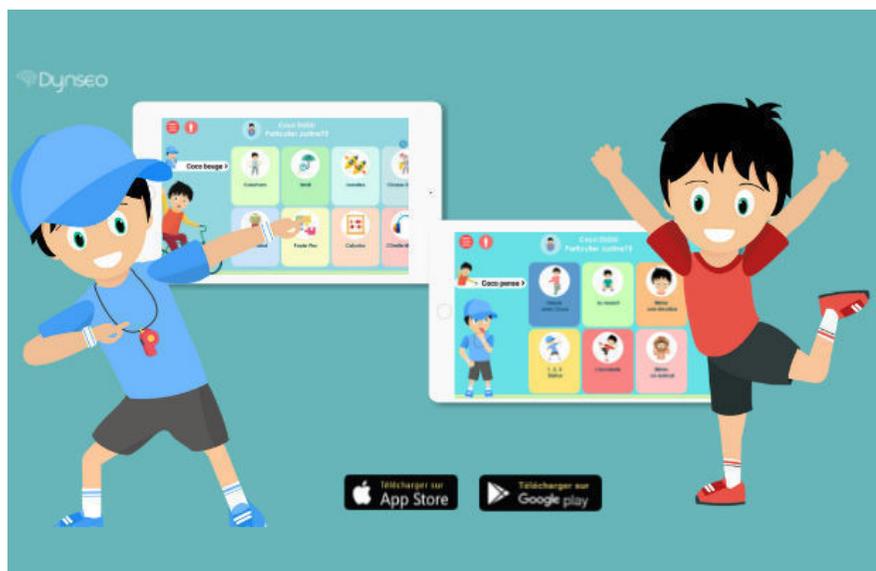
“

L'écran ne doit pas être diabolisé, car il reste un formidable outil de découverte et de jeu pour les enfants. Il doit néanmoins être mieux utilisé pour ne pas nuire à la santé des petits. En tant qu'acteurs du secteur depuis 8 ans, nous avons une mission à mener pour apporter des solutions pour que l'écran reste un moment ludique et d'apprentissage.

Justine, la cofondatrice de Dynseo

”

L'application Coco a été labellisée Educational App Store grâce à l'investissement de l'équipe pédagogique à l'origine du développement du projet. En effet, la société Dynseo s'inscrit dans un processus de validation scientifique, en s'appuyant sur des études de neurosciences et la collaboration avec des professionnels de santé.



Une multitude de jeux conçus et adaptés par des professionnels de la santé

La pause sport avec Coco a été conçue par des orthophonistes, neuropsychologues et ergothérapeutes dans l'objectif d'être accessible à tous les enfants, y compris en situation de handicap (autisme, troubles DYS...). D'où l'intérêt de pouvoir sélectionner les exercices en amont par les parents. Ainsi, un enfant ne se retrouvera pas en échec devant une activité inadaptée à ses capacités.

Les jeux de mouvement proposés ont pour but de permettre à l'enfant de connaître son corps, de se défouler aussi que de travailler sa force, son équilibre et son tonus musculaire tout en s'amusant.

Un bon moyen de pallier à la passivité des enfants face aux jeux d'écran.

Exemple de jeux ludiques et amusants Coco :

- Danse avec Coco : suis les mouvements de Coco et danse avec lui
- Le ressort : imite les mouvements de Coco : debout, assis, accroupi
- 1, 2, 3 Statue : danse avec Coco et quand la musique s'arrête montre-nous ta meilleure statue
- Jeu d'équilibre : refais les positions que Coco te montre
- Mimer des animaux : mime les animaux qui apparaissent à l'écran
- Mimer les émotions : mime les émotions que Coco te montre





Ce que pensent les parents de Coco

“

Cette application est très bien faite. Les enfants apprennent vraiment. Un vrai support éducatif ! Je recommande.

”

“

Nos enfants aiment beaucoup l'application COCO, car déjà les jeux éducatifs sont très bien faits, mais aussi pour la pause sport régulière, pour éviter qu'ils passent trop de temps derrière les écrans. Je fais la pause sport avec eux on passe un très bon moment, Parfait pour les vacances.

”

“

Nous passons du très bon temps en famille avec Coco ! Zoé passait beaucoup de temps sur les écrans, et je n'arrivais pas à lui enlever. Avec Coco, les jeux sont intelligents et lui apprennent plein de choses. Elle fait également des compétitions avec sa grande sœur, elles rigolent ensemble c'est merveilleux !

”

Coco, accessible en abonnement, propose également une tablette adaptée aux enfants

L'application Coco est gratuite pendant 1 semaine en la téléchargeant sur Android et IOS puis :

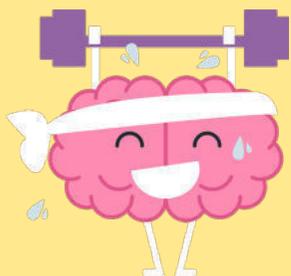
- Pour les particuliers :

1 mois pour 4,99€ – 3 mois pour 14,99€ – 1 an pour 39,99€

- Pour les institutions :

À partir de 8€HT par mois App inclusive. Coco est aussi utilisé par des instituts médicoéducatifs IME, SESSAD, ITEP et par des écoles primaires.

Le groupe a également imaginé fournir une tablette mieux adaptée aux enfants grâce à une interface simplifiée. Pour 158€, l'enfant reçoit une tablette Lenovo M7, 7 pouces, 16 GO et profite de l'abonnement à l'application durant un an ainsi que d'autres applications éducatives préinstallées.





À propos de Dominique Sauquet et Justine Monsaingeon, les cofondatrices

Dominique et Justine, mère et fille, s'investissent au quotidien pour proposer des solutions numériques toujours plus adaptées au respect des besoins de ses utilisateurs. À travers leur startup Dynseo, elles imaginent et développent des applications mobiles de programmes de coaching cérébral personnalisés pour les enfants, les adultes et les seniors depuis maintenant 8 ans.

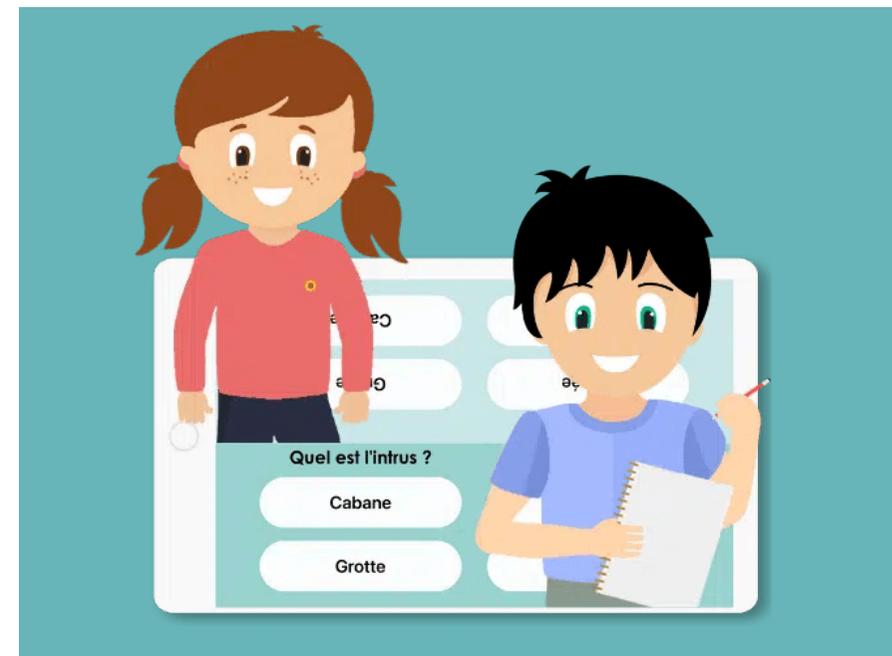
Avant cela, Dominique a travaillé 20 ans dans le domaine de la recherche dans l'informatique médical. Elle est aujourd'hui également professeur à Centrale Paris et fondatrice de It's Sauquet.com, une société spécialisée dans le développement d'applications mobiles et en SI de la santé.

Justine, quant à elle, a fait son expérience dans le domaine du management en tant que Business Manager senior. Elle gérait une équipe de 50 consultants. Ensuite, elle s'est spécialisée dans la gestion de projet, notamment dans le domaine des TIC & Santé.

Ensemble, elles décident donc de développer, dans un premier temps, des applications à destination médicale. L'objectif est de faciliter le diagnostic de maladies dégénératives (détection et combat des premiers symptômes d'Alzheimer par exemple), stimuler les seniors tout en les amusant ou encore d'établir un lien interactif entre les aidants et leurs patients.

Pendant le confinement de 2020, Justine doit travailler en même temps qu'elle s'occupe de ses enfants. La solution tablette a très vite pris une place bien trop importante aux yeux de Justine (pas à ceux de ses deux jumeaux de 4ans). Elle déteste alors voir ses enfants passifs durant de longues heures sur les écrans. Et lorsqu'elle sonnait la fin de la récré-tablette, c'était synonyme de crise et de pleurs.

C'est alors qu'a germé l'idée du coach sportif Coco : la pause sportive qui lutte contre la sédentarité. Une innovation dans l'innovation !





Pour en savoir plus

 <https://www.dynseo.com/version-coco>

Téléchargement sur IOS : <https://apps.apple.com/fr/app/coco-jeux-%C3%A9ducatifs-2020/id1229718769>

Téléchargement sur Android : <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.dynseo.stimart.coco.fr&hl=fr>

 <https://www.facebook.com/Cocojeuxeducatifs>

 https://www.instagram.com/coco_education/?hl=fr

 <https://www.linkedin.com/in/justine-sauquet-dynseo/>

Contact presse

Justine Monsaingeon

E-mail : justine.monsaingeon@dynseo.com

Tel : 06 66 24 08 26

