

# UTILISONS-NOUS NOTRE PORTABLE DE MANIÈRE RAISONNABLE?

C'est ce qu'a voulu découvrir M-Budget Mobile fin 2017 en mandatant l'institut d'études de marché et de sondage d'opinion numérique Marketagent.com pour une étude représentative. Au total, 1003 personnes de Suisse romande et de Suisse alémanique ont été interrogées en tenant compte des critères suivants: sexe, âge, région, situation familiale et âge des enfants.



«Parmi les 20–24 ans, une personne sur dix utilise son portable plus de six heures par jour.»



## 1. Combien de temps par jour passez-vous sur votre téléphone portable?

Les «heaviest users» sont les 20–24 ans: un sur dix passe plus de six heures par jour sur son portable. Si l'on fait le calcul: pour huit heures de sommeil et huit heures de travail ou d'école, en moyenne, il ne reste plus que deux heures environ pour des activités telles que les repas, le sport et les loisirs avec les amis. Toutefois, on suppose fortement que l'utilisation du portable se fait simultanément à d'autres activités (ce qui n'en augmente en rien la qualité). Au fait: parmi les plus jeunes (14–19 ans), un pourcentage impressionnant de 18% passe plus de quatre heures par jour sur son portable.

## 2. Avez-vous défini chez vous des endroits où le portable est banni? Si oui, lesquels?

Instructeur de fitness, planificateur, console de jeux, baby-sitter, réveil: il n'existe presque plus aucun domaine où le portable ne s'est pas imposé. Rares sont ceux qui ont défini explicitement des zones sans portable.

Non, aucun

71%

Chambre à coucher

19%

Toilettes

11%

Chambre d'enfants

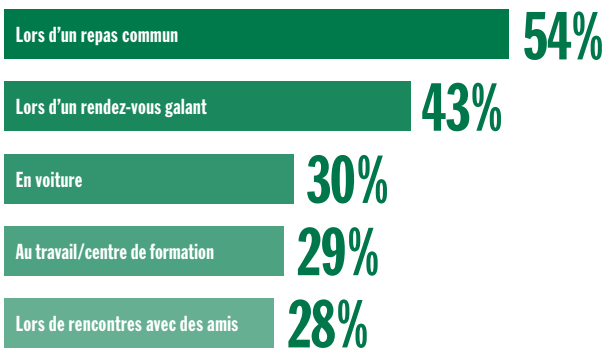
6%





### 3. Dans quelles situations rangez-vous consciemment votre portable?

Bien qu'il soit relativement difficile de se rappeler de la vie avant le portable, cette technologie de disponibilité permanente de toutes sortes d'informations est pourtant assez récente. Voilà pourquoi il n'est pas vraiment étonnant que nous n'ayons pas encore réussi à structurer l'usage que nous en faisons et que nous ne rangions nos portables que très rarement. Certaines décisions relèvent de la bienséance, comme par exemple savoir si on a le droit ou non d'utiliser son portable lorsque l'on mange avec quelqu'un. Toutefois, l'idée que près de 70% des personnes interrogées ne renoncent pas à leur téléphone lorsqu'elles conduisent est quelque peu préoccupante.



### 4. À quelle fréquence votre portable détourne-t-il votre attention?

Le portable vibre, sonne ou s'allume sans cesse: difficile, dans ces conditions, de ne pas se laisser distraire. Et c'est la concentration des 14-24 ans qui en souffre le plus: 40% d'entre eux indiquent être souvent déconcentrés. Quant aux parents d'enfants de moins de six ans (qui requièrent encore une attention maximale), ce sont ceux qui ont le plus souvent la tête ailleurs à cause de leur téléphone: avec un taux de 30%, cette proportion est largement supérieure à celle des parents d'enfants plus grands, des célibataires et des couples sans enfants.



«30% des parents d'enfants en bas âge sont distraits.»



«50% des 14-34 ans prévoient de davantage se libérer de leur portable»

### 5. À l'avenir, souhaitez-vous moins utiliser votre portable ou davantage?

Et quelle sera la suite? Un tiers des personnes interrogées souhaiterait moins utiliser son téléphone à l'avenir, et cette proportion s'élève même à 50% pour les 14-34 ans. **M-Budget Mobile vous soutient dans une utilisation judicieuse de votre portable.**