

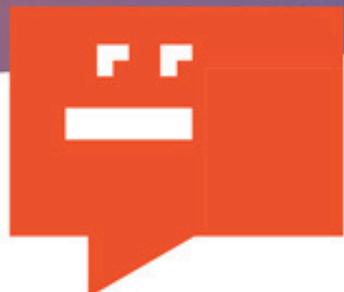


Cofinancé par
l'Union européenne

Quand tu réalises
que tu vas
passer



15 ans de ta vie !
sur ton téléphone !



LES ÉCRANS ET TOI ... COMMENT ÇA VA ?

Ton téléphone et les réseaux font partie de ta vie, mais est-ce qu'ils te font toujours du bien ?

Te poser la question de ton bien-être numérique, c'est reprendre le contrôle et prendre soin de toi.

www.internetsanscrainte.fr/sid





Internet
Sans
•fr
Crainte



Cofinancé par
l'Union européenne



LES ÉCRANS ET TOI ... COMMENT ÇA VA ?

Ton téléphone et les réseaux font partie de ta vie, mais est-ce qu'ils te font toujours du bien ?

Te poser la question de ton bien-être numérique, c'est reprendre le contrôle et prendre soin de toi.

www.internetsanscrainte.fr/sid





Cofinancé par
l'Union européenne

Quand tu découvres
toutes les
notifs reçues



quand t'étais *en mode*
avion !



LES ÉCRANS ET TOI ... COMMENT ÇA VA ?

Ton téléphone et les réseaux font partie de ta vie, mais est-ce qu'ils te font toujours du bien ?

Te poser la question de ton bien-être numérique, c'est reprendre le contrôle et prendre soin de toi.

www.internetsanscrainte.fr/sid



Safer Internet Days

2026



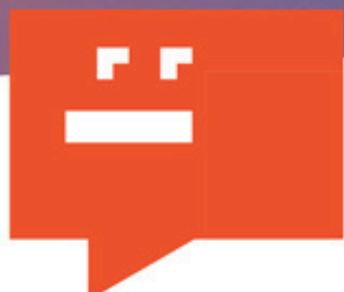
Cofinancé par
l'Union européenne

Quand tu vois
que t'as fait



25h

de temps d'écran !
dans la journée !



LES ÉCRANS ET TOI ... COMMENT ÇA VA ?

Ton téléphone et les réseaux font partie de ta vie, mais est-ce qu'ils te font toujours du bien ?

Te poser la question de ton bien-être numérique, c'est reprendre le contrôle et prendre soin de toi.

www.internetsanscrainte.fr/sid

