

Safer Internet Days  
2026



Internet  
Sans  
Crainte



Cofinancé par  
l'Union européenne

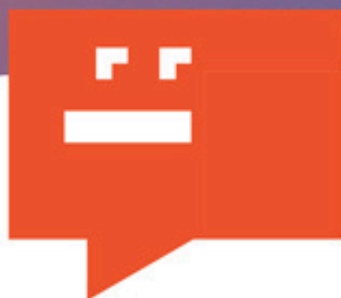
Quand tu réalises  
que tu vas  
passer



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](http://www.internetsanscrainte.fr/sid)





Safer Internet Days  
2026



Internet  
Sans  
Crainte

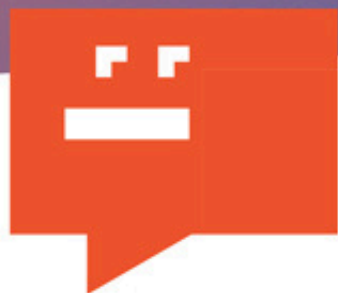


Cofinancé par  
l'Union européenne

Quand  
t'as

activé

le 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](http://www.internetsanscrainte.fr/sid)





Safer Internet Days

2026



Internet  
Sans  
Crainte

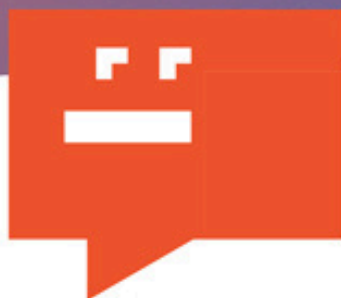


Cofinancé par  
l'Union européenne

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](http://www.internetsanscrainte.fr/sid)





Safer Internet Days  
2026



Internet  
Sans  
Crainte



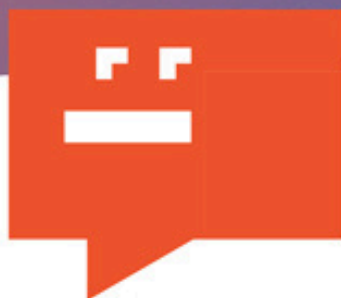
Cofinancé par  
l'Union européenne

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](http://www.internetsanscrainte.fr/sid)

