

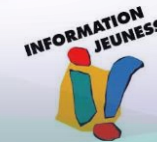


CCVALLESPYR  
ENFANCE/JEUNESSE

« Le monde du numérique est en perpétuelle mutation.

Il est donc important d'avoir une information claire et actualisée.»

Veille numérique partagée du PIJ Intercommunal du Vallespir et de ses partenaires inscrits dans une réflexion collective autour de l'usage des écrans de la Communauté de Communes du Vallespir.  
Coordination du dossier ressources réalisée par les Informateurs Jeunesse : Thomas SIMONETTI et Laurent VIE



## SANTE

### Quand les écrans ont des répercussions sur notre santé

DATE	MOT CLES	TITRE (Article ou document)	DESCRIPTIF	AUTEUR	SOURCE (site)	LIEN (adresse)
01/04/2020	Consommation	Qu'est-ce qu'un usage excessif ?	Des pratiques à l'usage problématique	lebonusagedeseccrans	<a href="https://lebonusagedeseccrans.fr/">https://lebonusagedeseccrans.fr/</a>	<a href="https://lebonusagedeseccrans.fr/essentiel-a-savoir/un-usage-excessif/">https://lebonusagedeseccrans.fr/essentiel-a-savoir/un-usage-excessif/</a>
01/04/2020	Accompagnement	Que faire en cas d'usage problématique des écrans ?	Démarches utiles pour s'en sortir	lebonusagedeseccrans	<a href="https://lebonusagedeseccrans.fr/">https://lebonusagedeseccrans.fr/</a>	<a href="https://lebonusagedeseccrans.fr/les-ecrans-et-vous/usage-problematique-des-ecrans/">https://lebonusagedeseccrans.fr/les-ecrans-et-vous/usage-problematique-des-ecrans/</a>
01/04/2020	Visuel	Ecrans : quels risques pour vos yeux ?	Les causes et conséquences	lebonusagedeseccrans	<a href="https://lebonusagedeseccrans.fr/">https://lebonusagedeseccrans.fr/</a>	<a href="https://lebonusagedeseccrans.fr/les-ecrans-et-votre-vision/quels-risques-pour-vos-yeux/">https://lebonusagedeseccrans.fr/les-ecrans-et-votre-vision/quels-risques-pour-vos-yeux/</a>
13/03/2020	Se protéger	Écrans : 4 règles pour préserver la vue de votre enfant	Préconisation pour protéger sa vue	monenfantetlesccrans	<a href="https://www.mon-enfant-et-les-ecrans.fr/">https://www.mon-enfant-et-les-ecrans.fr/</a>	<a href="https://www.mon-enfant-et-les-ecrans.fr/ecrans-4-regles-pour-preserver-la-vue-de-votre-enfant/">https://www.mon-enfant-et-les-ecrans.fr/ecrans-4-regles-pour-preserver-la-vue-de-votre-enfant/</a>
12/03/2020	Se protéger	Comment protéger votre enfant des ondes ?	Préconisation pour se protéger des ondes électromagnétiques	monenfantetlesccrans	<a href="https://www.mon-enfant-et-les-ecrans.fr/">https://www.mon-enfant-et-les-ecrans.fr/</a>	<a href="https://www.mon-enfant-et-les-ecrans.fr/comment-protger-votre-enfant-des-ondes/">https://www.mon-enfant-et-les-ecrans.fr/comment-protger-votre-enfant-des-ondes/</a>