

Signaux usage abusif écrans et démarche possible

Facilement visible à l'école

- Manque de sommeil
- Baisse des résultats scolaires
- Démotivation
- Difficultés de concentration/attention
- Situation qui perdure

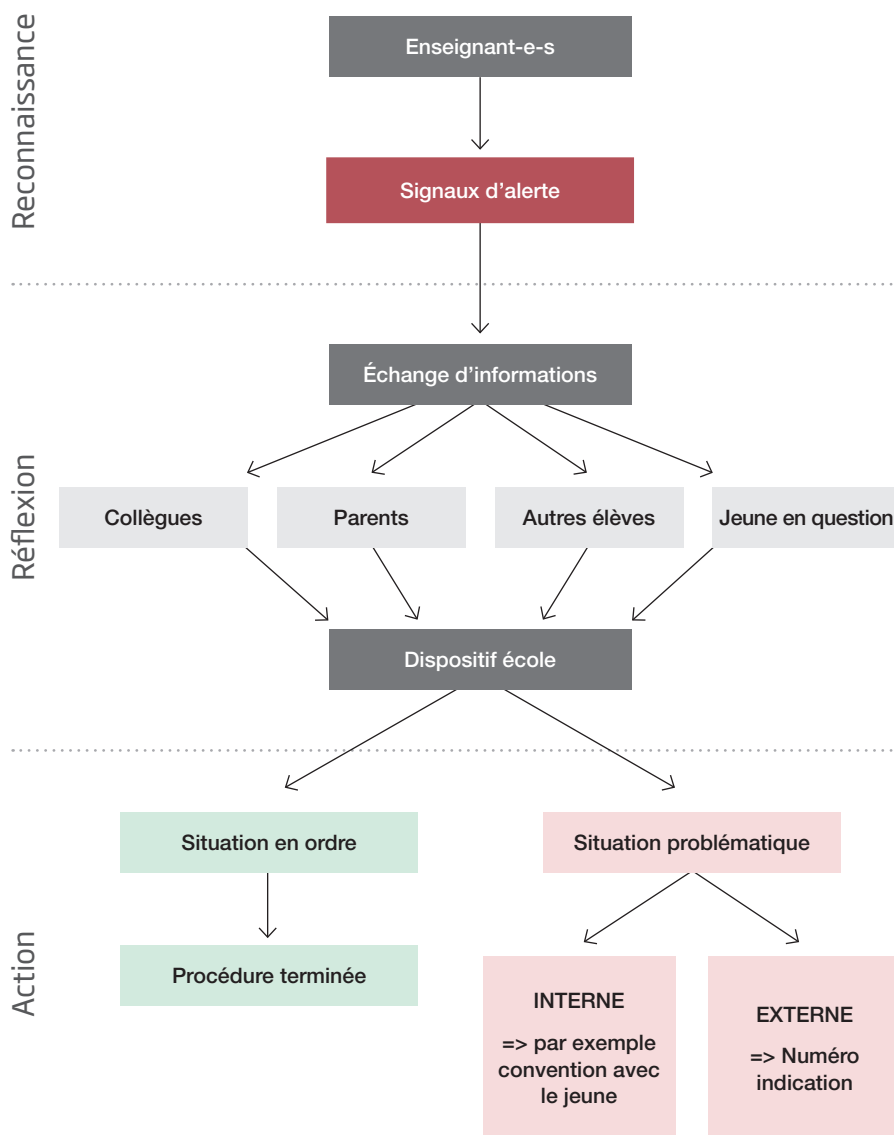
Difficilement visible à l'école

- Baisse de morale
- Pertes d'intérêts pour :
 - » Hygiène
 - » Image de soi
- Agressivité physique et/ou verbale
- Déni

Invisible à l'école

- Perte de contrôle
- Isolement
- Dissimulation de l'ampleur de la consommation d'écrans
- Soulagement apporté par la consommation d'écrans
- Pertes d'intérêts pour :
 - » Autres activités
 - » Relations sociales

Exemple de procédure



Ressources Addictions

- **Pour les adultes**
- Numéro indication « addiction » pour adultes 026 305 30 70
- **Sites WEB**
 - www.safezone.ch
 - www.jeunesetmedias.ch
 - www.prevention-ecrians.ch
- **Pour les jeunes**
- Numéro indication « addiction » pour mineurs 026 305 74 73
- **Site WEB**
 - www.ciao.ch