

Usage
numérique
responsable

15 ANS ET PLUS

Tu es capable de choisir de manière responsable **la place que tu souhaites occuper** dans la société numérique.

Tu deviens une **personne ressource** pour ton entourage.

Tu fais face à tes obligations pour ta **sécurité** et celle des autres.



Supprimer les
notifications «parasites»

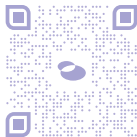
Veiller à son
temps d'écran

Trier ses applications

Réserver des
moments sans écrans

Garder le plus longtemps
possible ses appareils
numériques ou opter
pour du reconditionné

Retrouvez plus d'informations et d'autres
«trucs et astuces» pour le quotidien sur
usagenumeriquevalais.ch



usage numérique
responsable



Promotion santé Valais
Gesundheitsförderung Wallis



CANTON DU VALAIS
KANTON WALLIS

avec le soutien de

