



HORIZON MULTIMEDIA

L'association a effectué une intervention de prévention sur l'impact des écrans sur la santé auprès de vos enfants ce jour. Nous avons abordé les thèmes suivants : Réseaux sociaux - Jeux vidéo - Challenges - Santé

Voici nos conseils de prévention :

#1 ▶ Stopper les écrans au moins une heure avant le coucher afin d'éviter une exposition trop tardive à la lumière bleue. La lumière bleue stimule et empêche l'endormissement.

#2 ▶ La réglementation Européenne fixe l'âge légal d'inscription sur les réseaux sociaux à 13 ans, tout en précisant que jusqu'à 15 ans l'enfant doit être accompagné d'un adulte .

#3 ▶ La norme PEGI vous conseille sur l'âge qui est requis pour permettre à votre enfant de jouer à un jeu vidéo . Cette information permet de lui éviter d'être exposé trop tôt à des contenus non adaptés à son âge .

#4 ▶ Protéger vos enfants des challenges présents sur Youtube, Whatsapp et Tik Tok car ils ont pour but de les inciter à réaliser des défis néfastes pour leur santé (Momo challenge - baleine bleue). De plus, ils risquent de se faire pirater leurs données personnelles.

#5 ▶ Toutes informations personnelles, photos, vidéos ou insultes diffusées en ligne sont condamnables par la justice. Dès lors que les informations sont en ligne, elles ne vous appartiennent plus .



04.94.61.04.01
info@horizonm.fr



Horizon multimédia



<http://www.horizonm.fr>
<http://www.e-parents.fr>