La santé mentale et le numérique

Référence : ACORDA-RESS03032025154831



Résumé :
Des informations et des conseils pour faire un bon usage d'Internet, des applis, des groupes de discussions et des vidéos tout en prenant soin de sa santé mentale. Précaution et mise en garde pour limiter le temps passé sur Internet, se protéger des fausses informations, s'interroger avant de partager une appli, se protéger de la violence en ligne et garder la confidentialité.

Public cible : Etudiants ambassadeurs, Famille (Lycéen, étudiant, parent), Personnel du SCUIO-IP, Professeur, Proviseur, Psychologue de l'Education Nationale.

Thématiques : Santé.

Type de ressource : Site web

Format du document : La santé mentale et le numérique

Institution : Autre

Lien vers la ressource : https://www.psycom.org/sinformer/la-sante-mentale/la-sante-mentale-et-le-numerique/