

Le Nouvelliste
1950 Sion
027/ 329 75 11
www.lenouvelliste.ch

Genre de média: Médias imprimés
Type de média: Presse journ./hebd.
Tirage: 38'244
Parution: 6x/semaine



N° de thème: 729.006
N° d'abonnement: 729006
Page: 16
Surface: 24'539 mm²



PARTENARIAT



DSSC Service cantonal
de la santé publique
www.vs.ch/sante



Promotion Santé
Valais
www.promotionsantevalais.ch



www.addiction-valais.ch

DOSSIER COMPLET



Retrouvez l'ensemble des articles
sur ce sujet: sante.lenouvelliste.ch

Cyberaddiction ou complètement accro

Internet, les réseaux sociaux, les tablettes et les smartphones prennent toujours plus de place dans notre société et dans nos vies. Au travail, à l'école ou à la maison, ils ont su se rendre indispensables. Ils savent bien nous renseigner, nous informer, nous dépanner ou encore nous occuper. Reste qu'il y a un danger à utiliser de manière excessive ces outils. L'utilisateur peut perdre le contrôle et tomber dans l'addiction. Cela peut bouleverser sa vie. Les relations sociales, les loisirs ou encore les performances scolaires peuvent en pâtir. Plus on passe de temps sur internet et moins il reste de temps pour d'autres choses. Côté physique, la personne



peut aussi souffrir de problèmes de posture, de maux de tête ou de problème de vue, par exemple.

Vous vous posez des questions sur la manière d'éviter la cyberaddiction, sur la manière de la prévenir ou encore comment en sortir. Envoyez-nous vos questions via le formulaire: question.sante.lenouvelliste.ch.

Vous avez jusqu'à dimanche pour le faire. Un spécialiste vous répondra le 9 juin prochain. Merci de nous préciser si vous souhaitez garder l'anonymat. **LF**