

Annie Lobé

# J'aide mes enfants à décrocher des écrans

Raisons et moyens d'agir

Guide pratique pour les  
parents et grands-parents

SantéPublique éditions

## Un livre pratique et utile

- destiné aux **parents attentifs** qui connaissent le potentiel addictif des écrans et veulent élargir leur palette **d'idées concrètes** pour maintenir la cohésion familiale et préserver le développement sur le long terme de leurs enfants et adolescents. La lecture est **l'antidote aux écrans**. Mais comment susciter le goût de lire ? Ce livre nourri par de nombreux témoignages allie **prévention et solutions pratiques** pour échapper aux fausses solutions préconisées par la méthode "3-6-9-12".
- Pour les **grands-parents** qui ne veulent pas baisser les bras face à un phénomène qu'ils observent et déplorent ;
- Pour les **professionnels de la santé** de l'enfant désireux de proposer à leur patientèle des **conseils efficaces** ;
- Pour les **jeunes eux-mêmes**, qui souhaitent conserver ou retrouver leur autonomie et leur **liberté face aux écrans**.

[www.santepublique-editions.fr](http://www.santepublique-editions.fr)



## J'aide mes enfants à décrocher des écrans

Raisons et moyens d'agir

Guide pratique pour les parents et grands-parents

Si, comme de nombreux parents et grands-parents, vous vous inquiétez de voir vos enfants et / ou adolescents assis de longues heures devant un écran, ce livre est pour vous.

Happés de plus en plus tôt par les jeux vidéos ou le visionnage de séries en continu, nos jeunes sont en danger. Face à ces nouvelles formes d'addiction, comment intervenir ? Quand ? Qui est le mieux placé pour le faire ? Pourquoi la recommandation officielle "3-6-9-12" est-elle vouée à l'échec ?

Ce livre très documenté répond à ces questions et à bien d'autres. Il propose aux parents et aux grands-parents une méthode et des conseils basés sur des faits scientifiques et inspirés par l'expérience et les témoignages de parents.

Facile à lire en une heure trente, ce livre s'adresse également aux jeunes parents qui ne se croient pas encore concernés, mais seraient bien avisés de s'informer dès maintenant pour éviter préventivement le piège des écrans.

Journaliste scientifique indépendante, Annie Lobé enquête depuis 2001 sur les champs électromagnétiques. Ses articles sur les effets nocifs des téléphones portables et des antennes-relais ont été publiés dans *Sciences et Avenir*, *Notre Temps*, *Questions de femmes*, *Le Généraliste*, *Village Magazine*, *Nexus*, *Monsieur* et *Tribune Santé*.

ISBN 978-2-9166-5303-7

12 € TTC

[www.santepublique-editions.fr](http://www.santepublique-editions.fr)

## La méthode est efficacement complétée par des vidéos en libre accès :

- "Le Film qu'Orange ne veut pas que vous regardiez" (2 minutes)
- Alerte "Jouets à piles"
- Visualisation des ondes émises par les tablettes, ordinateurs, *smartphones*
- Comment les champs électromagnétiques favorisent le cancer
- Les avis et alertes des professionnels
- Message pour les 12-22 ans...

15/03/2020

À voir sur : [www.santepublique-editions.fr](http://www.santepublique-editions.fr)

# Bon de commande

À retourner à : **SantéPublique éditions** • 2, boulevard Vauban • 66210 Mont-Louis

| Titres                                    |                            | P. U. TTC €                                           | Quantité | Total € |
|-------------------------------------------|----------------------------|-------------------------------------------------------|----------|---------|
| J'aide mes enfants à décrocher des écrans | Livre                      | 12                                                    | .....    | .....   |
| Les jeunes et le portable                 | Livre audio sur double CD  | 18                                                    | .....    | .....   |
| Téléphone portable... se protéger         | E-Book                     | Lecture gratuite en ligne offerte pour toute commande |          |         |
| La fée électricité                        | Livre                      | 20                                                    | .....    | .....   |
| Le danger des antennes-relais             | CD Rom                     | 21                                                    | .....    | .....   |
| Le Conseil de la Nature                   | Dossier relié au format A4 | 16                                                    | .....    | .....   |
| Ampoules basse consommation               | Dossier A4                 | 13                                                    | .....    | .....   |
| Mécanisme d'action des ondes              | Dossier A4                 | 19                                                    | .....    | .....   |
| Dossier « Téléphonie mobile »             | Dossier A4                 | 17                                                    | .....    | .....   |
| Santé publique : les leçons de l'Histoire | Dossier A4                 | 14                                                    | .....    | .....   |
| Nucléaire : Fukushima, et après ?         | Dossier A4                 | 35                                                    | .....    | .....   |
| Le coût d'État des gadgets sans fil       | Dossier A4                 | 15                                                    | .....    | .....   |
| La mélatonine et le sommeil               | CD audio                   | 9,50                                                  | .....    | .....   |
| La surveillance par les portables         | CD audio                   | 9,50                                                  | .....    | .....   |

J'ajoute les frais de port\* : ..... TOTAL incluant les frais de port : .....€

## Expédition en lettre verte, suivie ou Colissimo

♥ 1 livre J'aide : 3,50 €    ♥ 1 livre Fée : 6 €  
 ♥ 2 ou 3 livres : 5,50 €    ♥ 2 à 4 livres Fée : 10 €  
 ♥ 4 livres : 9 €    ♥ 5 à 9 livres Fée : 15 €  
 ♥ 5 à 9 livres : 10,50 €

## Les dossiers sont expédiés en lettre verte

♥ Ampoules, Mécanisme, Santé publique: 3,50 €  
 ♥ Autres dossiers : 5,50 €  
 ♥ 2 dossiers : 7 €    ♥ 3 ou 4 dossiers : 10,50 €  
 ♥ 5 à 9 dossiers : 15 €

## CD audio et livre audio

♥ Forfait de 3 € pour le port.  
 ♥ Port gratuit si commande  
 conjointe de livre ou de dossier.

**CD Rom** : Envoi en lettre recommandée : 5 € (joindre le bon de commande spécifique dûment complété, téléchargeable sur le site)

**\* Port gratuit pour toute commande à partir de 10 articles**

NOM ..... Prénom.....

Raison sociale ..... Email.....

Adresse.....

Code postal..... VILLE .....

☐ Je règle ma commande par chèque ci-joint d'un montant de ..... euros  
 à l'ordre de **SantéPublique éditions**.

☐ Je souhaite recevoir une facture    ☐ Je souhaite être informé(e) de vos prochaines parutions

Date :

Signature :

**\* Conditions générales de vente sur le site Internet** [www.santepublique-editions.fr](http://www.santepublique-editions.fr)

SARL • R C S PERPIGNAN 490 228 384 • SIRET 490 228 384 00015 • TVA INTRACOMMUNAUTAIRE FR 70 490 228 384.

## Vidéos en libre accès : santepublique-editions.fr



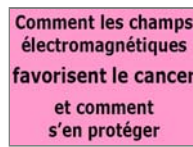
**Le Film qu'Orange ne veut pas que vous regardiez**



**Message pour les 12-22 ans**



**Alerte sur les jouets à piles**



**Comment les champs électromagnétiques favorisent le cancer et comment s'en protéger**



**Visualisez les ondes émises par les tablettes**



**Salves de micro-ondes du smartphone quand on fait défiler l'écran**