



Numérique, santé, sobriété

publié le 06/03/2012 - mis à jour le 25/04/2021

Descriptif :

Un article sur l'impact écologique des appareils et des conseils pour une conduite sobre. Une émission sur la surexposition des enfants aux écrans et ses conséquences possibles. Des vidéos sur les bonnes postures à adopter pour utiliser l'informatique tout en ménageant son dos, sa vue et ses articulations, produite par un groupe télécom, partagée sur Youtube.

"L'objectif du **numérique responsable** est de créer de la valeur en mettant le numérique là où il aurait toujours dû être : au service de l'humanité et de la planète".

Comment s'y prendre ? Des pistes données par l'[Institut du Numérique Responsable](#), [interview de Vincent Courboulay](#), par [Annabelle Avril le 28 avril 2020](#).

L'émission de France Inter "[ces écrans qui capturent nos enfants](#)" du [12 janvier 2020](#) permet de mieux comprendre les impacts sur les jeunes enfants de la surexposition aux écrans, et apporte des solutions.

Vodafone, groupe télécoms britannique, a déposé de son côté sur Youtube une animation sur la bonne posture à adopter pour ménager son dos, sa vue, ses articulations...

Ordinateurs :



La posture sur l'ordinateur (par Vodafone) (Video Youtube)

Appareils mobiles :



Correction posturale (Video Youtube)

Liens complémentaires

- 🌐 La face cachée du numérique, une publication de l'Agence pour la transition écologique, novembre 2019 [↗](#)
- 🌐 Numérique, liberté et sobriété, une présentation de David Jadaud, mars 2019 [↗](#)
- 🌐 10 conseils pour adopter des gestes responsables pour un usage partagé des outils numériques [↗](#)



**Académie
de Poitiers**

Avertissement : ce document est la reprise au format pdf d'un article proposé sur l'espace pédagogique de l'académie de Poitiers.

Il ne peut en aucun cas être proposé au téléchargement ou à la consultation depuis un autre site.